

విశాఖ

తెలుగు మాస పత్రికకు

ఆన్ని గ్రామాలలోనూ, పట్టణాలలోనూ
సమర్థవంతమైన ఏజంట్లు కావాలి !

ఏజన్సీ వివరాలకు
వెంటనే రాయండి.

విశాఖ రోడ్డు మానేజర్

విశాఖ

జి. రేణు రోడ్డు,
మైసూరు.

తెల. నం. - 800 004



సంపాదక వర్గం

సంపాదకుడు :
 ఎయిన్ కె.వి. గోవిందరావు,
 డి.ఎ..ఎల్.ఎల్.డి.
 గౌరవ సహాయ సంపాదకులు :
 బొమ్మకంటి శ్రీనివాసాచార్యులు,
 ఎమ్.ఎ., పిహెచ్.డి.
 వి. బాలకుమార్, ఎమ్.ఎ., డి.ఎల్.
 సభ్యులు :
 కె.వి.ఎస్. గోవిందరావు,
 డి.ఎ..ఎల్.ఎల్.డి.
 కె.వి.ఎస్. శరత్ బాబు,
 డి.ఎ..డి.కామ్., డి.ఎల్.
 కె.వి.ఎస్. విజయకుమార్
 కె. రత్నకుమారి

చందా వివరాలు

కాశ్యప చందా	1,000.00
జీవిత చందా	250.00
3 సంవత్సరాలకు	52.00
సంవత్సర చందా	18.00
ఎయిర్ మెయిల్ (1 సంవత్సరం)	80.00
సీ మెయిల్ (1 సంవత్సరం)	45.00

చందాలు సంవత్సరం పాటు పంపించుట :

వినుదానం

9, దేశిక రోడ్డు, మైలాపూరు,
 మద్రాసు-600 004

ఈసంచిక

మార్చి 1984

ధ్యానం:	2
సంపాదకుని పేజీ	2
కష్టాలను అధిగమించడం ఎలా?	5
భగవాన్ శ్రీ బాలయోగి	9
పరిశోధనలు	12
అరోగ్యానికి మూలికలు	13
వనితాలోకం	16
జీవితం నేర్పిన పాఠాలు	17
నవ్య	20
ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు	21
మంచి దస్తూరీ అలవరచుకోడం ఎలా?	22
ప్రపంచ సగరాలు	25
ప్రాజాయామం వల్ల లాభాలు	30
పీకు తెలుసా?	33
కార్టూనులు గీయటం ఎలా?	34
ఆదివాసుల వివాహాచారాలు	36
సమ్మలేసి నిజాలు	38
పక్షాత్కారంగా మాట్లాడడం	41
బహుమతి పొందిన వ్యాసం	43
నిజాలు - నిదర్శనలు	46
విలువైన లోహాలు	49
కలం స్నేహితులు	54
పోటీలు	57
జాతీయ వార్తలు	61
పోటీలు (ఫలితాలు)	63

★
 ముఖచిత్రం: కలర్ ట్రాన్స్ పరెస్సి.
 శ్రీధీర్ బెనర్జీ, హౌరా, కలకత్తా.

తెలుగు 'వినుదానం'కు ఇది మూడవ సంవత్సరం

భవిష్యత్తు

భవిష్యత్తు ఎప్పుడూ
బాగుంటుందనే అనుకో!



జేమ్స్ ఎలెస్

ఎవరి లోపాలను వారు తెలుసుకోడం అవసరం. అందువల్ల క్రమంగా వాటిని అధిగమించి 'కర్తవ్య పాలన, నిస్సావర్థ ప్రేమ' అనే పవిత్ర వాతావరణంలోకి వారు ఎదుగగలుగుతారు. భవిష్యత్తును భయంకరంగా ఎప్పుడూ చిత్రించుకోరాదు. భవిష్యత్తును గురించి ఆలోచించే పక్షంలో అది మంచిదిగా ఉంటుందనే ఊహించుకోవాలి. లోపాలను అధిగమించేందుకు ఉత్తమ మార్గం - స్వలా భాషేక్ష సర్వ లేని స్వకర్తవ్య నిర్వహణ! ●

సంపాదకుని వేజీ

చెత్త పుస్తకాలు
చేస్తున్న హాని



చాలా పుస్తకాల షాపులలో రంగు రంగు అట్టలతో చొకబారు చెత్త కామిక్ పుస్తకాలు కొక్కాల్లాలుగా మనకు దర్శనం ఇస్తూ ఉంటాయి. కాలక్షేపం పేరుతో ఆవు రావుల మని అతి ఆక్రంగా మన పిల్లలు ఆ పుస్తకాలను చదువుతూ ఉంటారు. పరిణతి చెందని పిల్లల పసి మనస్సులను అలాంటి పుస్తకాలు

పూర్తి విద్యుదీకరణ సాధించిన
తొలి రాజస్థాన్ జిల్లా

రాజస్థాన్ లో పూర్తి విద్యుదీకరణ సాధించిన తొలి జిల్లా 'సికార్'. ఆ జిల్లాలోని 838 గ్రామాలకూ ఇప్పుడు విద్యుచ్ఛక్తి సరఫరా అవుతుంది.

“రాష్ట్ర సంకుచితత్వమనే బెరడుని తొలగిస్తే కప్ప అఖిం భారత మనే జాతీయతాభావాన్ని అందుకోలేము”

- గాంధీజీ

ఎంత తేలికగా అవిసీతి మార్గాల లోకి మళ్ళించగలవో చునలో చాలా మంది గుర్తింపడం లేదు. పైకి అమాయకంగా కనిపించే ఈ కాలక్షేపం పుస్తకాలు కలిగిస్తున్న హానిని ఏ సత్రికా ఇంతవరకూ ఖండించక పోవడం ఆశ్చర్య కరం: ఏపేటా వేల సంఖ్యలో ఆ పుస్తకాలు చెల్లుతూనే ఉన్నాయి; పుస్తకాలు అద్దె కిచ్చే షాపుల ద్వారా, మారకం విధానం ద్వారా లక్షలాది పిల్లలు నిత్యం వాటిని చదువుతూనే ఉన్నారు.

పెరుగుదల సక్రమంగా లేని పిల్లలతో ఏళ్ళ తరబడి సతమతం అయిన ఒక సుప్రసిద్ధ మనోరోగ వైద్యుడు పిల్లలలో నేర ప్రవృత్తి పెచ్చు పెరగడానికి ఈ కామిక్

జీవమృత్యులలో వాస్తవం

పనిమనిషి ఇంట్లో టీ. వీ.

మన పనిమనిషి లాభాన్ని మాట్లాడుతాడండో!
వాళ్ళింట్లో ఈ రాజు బోలె క్రొత్తది!
వళ్ళి చూసి వెళ్ళమంటాంబి!



Statement about ownership and other particulars about newspaper "Wisdom", Madras-4.

(From IV See Rule 8)

- | | |
|---|--|
| 1. Place of publication | : Madras |
| 2. Periodicity of publication | : Monthly |
| 3. Printer's Name | : D. Sridhara Rao |
| Nationality | : Indian |
| Address | : Kranti Press,
2, Francis Joseph Street,
Madras - 600 001. |
| 4. Editor's & Publisher's Name | : K.V. Govinda Rao |
| Nationality | : Indian |
| Address | : 9, Desika Road,
Mylapore, Madras - 600 004. |
| 5. Name and address of individuals who own the newspaper and partners | : Wisdom Publications,
9, Desika Road,
Mylapore, Madras - 600 004. |

I, K.V. Govinda Rao, hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

(Sd. K.V. Govinda Rao,
Editor & Publisher,
"WISDOM".

Dated 1-3-84
Madras - 600 004.

పుస్తకాలు ఎంతో దోహదం చేస్తున్నాయన్న నిర్ధారణకు వచ్చారు. కొందరు బాల మన శ్యాత్రు వేత్తలతో సహా చాలామందికి అసలు ఇలాంటి పుస్తకాలు ప్రచురించబడుతున్నట్లు కూడా తెలియదు.

ఈ చౌకబారు హాస్య పత్రికలలో పిల్లల మనస్సులను అంతగా ఆకట్టుకునే విషయాలు ఏమిటను కున్నారు? ఉద్రేకం కలిగించే సాహస కృత్యాలు! అలాంటివి పిల్లలలో తేలికగా ఆశ్చర్యం రేకెత్తించి, వారి మనస్సులను ఆకట్టుకో గల పని బాల మన శ్యాత్రుజాల అభిప్రాయం. మనుష్యుల్ని ఎత్తుకు పోయి, అడ్డం వచ్చిన వారి నల్లా తుపాకులతో కాల్చి చంపుతూ, విచ్చల విడిగా దారి దోపిడులు చేస్తూ, ఎప్పటి కప్పుడు పోలీసుల కన్ను గప్పి తప్పించుకుంటూ ఉండే—వారి దృష్టిలో, మహా ధైర్యశాలయైన—బంది పోటు దొంగలు వారికి ఆరాధ్య దైవ లవు తారు. అలాంటి కథలు పిల్లల మనస్సులను పూర్తిగా స్తంభింపజేసి, అట్టి సాహస కృత్యాలకు తామూ తలపడేట్లు ప్రోత్సహిస్తాయి. దొంగతనాలు చేసి జైల్లో పడ్డ తర్వాత గాని వారికి తెలిసి రాదు—అలాంటి సంఘటనలు వెండి తెరమీదా, అచ్చులోనూ మాత్రమే సాధ్యం కాగలవు అని! పిల్లలకు దొంగ తనాలు ఎలా చెయ్యాలో, అబద్ధాలు ఎలా చెప్పాలో, ఇళ్ళ తలుపులు బద్దలు కొట్టి ఎలా దోపిడీలు చెయ్యాలో బోధించే శిక్షణ శిబిరం ఒకటి ఎవరైనా నడుపదలచుకుంటే ఈ కామిక్ పుస్తకాలు అద్భుతమైన పాఠ్య గ్రంథాలుగా వారికి ఉపయోగిస్తాయి.

పిల్లల పెరుగుదల వారు తినే తిండిని బట్టి మాత్రమే కాదు, వారు చదివే పుస్తకాలను బట్టి ఉంటుంది:

నీట్ల మీద నడిచిన వ్యక్తి



ఉ. ప్రదేశ్ లో మీర్జాపూర్ జిల్లాకు చెందిన శ్రీ ద్వారకా ప్రసాద్ చౌరాసియా రెక్స్ ఫోన్ తో కప్పిన 'థెర్మోకోల్' దిమ్మలను కాళ్ళకు కట్టుకొని, అడుగున గుండ్రని థెర్మోకోల్ దిమ్మలు అమర్చిన రెండు అయిదేసి అడుగుల గడ కర్రలను రెండు చేతులతో పట్టుకొని నీళ్ళ మీద నడుస్తున్నాడు. కర్రలు బాలెన్స్ నిలువడానికే కాక, ముందుకూ వెనక్కూ పోవడానికి కూడ ఉపయోగిస్తాయి. 'థెర్మోకోల్' నీళ్ళ మీద తేలే ఒక తేలిక పదార్థం. ఇంతకు ముందు చౌరాసియా నేల మీదా, నీళ్ళలోనూ కూడా నడిచే నైకిట్ తయారు చేశాడు

“మనం చెప్పే మాటలు ఎవరూ నమ్మరు:

మన చేతలే అందరూ గమనిస్తారు.” — జనవరీ లాల్ నెహ్రూ

కష్టాలను అధిగమించడం ఎలా?

డా॥ కెల్వీ డి. హార్టీ

“నా కష్టాలు పగవారికి కూడా వద్దు! బాబూ!”

అని తరుచు మనం అంటూ ఉంటాం. ఇతరుల కష్టాల కంటే మరీ దగ్గరగా మన కష్టాలు కనిపిస్తూ ఉండడం వల్ల, వాళ్ళందరి కష్టాల కంటే ఇవి చాలా దారుణమైనవని మనం అనుకుంటాం.

నిజానికి - ఏ ఇద్దరు మనుష్యుల షడ్య అయినా కనిపించే తేడా వాళ్ళ అనుభవించే కష్టాల పరిమాణంలో కాదు; ఆ కష్టాలను వారు ఎదుర్కొనే తీరు వల్లనే వారు తేడాగా కనిపిస్తారు. తనకు ఎదురైన కష్టాలనూ, నిరాశలనూ, చికాకులనూ, చిక్కులనూ ఎదుర్కొనే తీరులోనే మనిషి నిజమైన యోగ్యత, సౌశీల్యం వెల్లడి అవుతాయి.

ఒక పద్ధతి ఏమిటంటే - ‘నా కర్మ ఇలా వ్రాసిపెట్టి ఉంది’ అని సరిపెచ్చుకోవడం. కాని ఉదాత్తుడైన మానవుడికి ఇది ఉచితం కాదు. షరో పద్ధతి: తనకు అన్యాయం అనిపిస్తున్న ఆ పరిస్థితుల మీద తిరగబడడం. జీవితం మీదే అనంతమైన అక్కసు పెంచుకోవడం. దీనివల్ల వ్యక్తిత్వం కుంచించుకు పోయి, స్వభావంలో కాశిన్యం, చిరాకూ ఎక్కువ అవుతాయి. మూడో పద్ధతి - పలాయనం, పారిపోవడం! మన కష్టాల బరువును ఇతరుల నెత్తి మీదికి ఎత్తడం ద్వారా గాని, చేతు లెత్తేసి నిస్సహాయత

యత ప్రకటించడం ద్వారా గాని సమస్య నుంచి తప్పించుకోవా లని మనం చూస్తాం. అయితే - జీవితానికి, దాని సవాళ్ళకూ పిరికి తనం సరియైన సమాధానం కాదు. దానివల్ల

‘గ్రావిటీ ఇన్వర్షన్’ బూట్లు



లోపల ఫోమ్ ఉన్న ఈ ఇనుప బూట్లు ధరించి రోజూ కొద్ది నిమిషాల పాటు తల్ల క్రిందులుగా వ్రేలాడితే ఆందోళన, అలజడి, వెన్ను నొప్పి మొదలయినవి తగ్గ గల వని కాలిఫోర్నియా నుంచి డా. రాబర్ట్ మార్టిన్ ప్రకటిస్తున్నారు. భూమ్యాకర్షణ వల్ల శరీరం లోని ధాతువులు నిత్యం క్రింది వైపుకు గుంజబడుతూ ఉంటా యనీ, ఆ ప్రక్రియను తారుమారు చేయడానికి ఈ బూట్లు తోడ్పడ గల వనీ ఆయన అన్నారు.

“లోకంలో ఉన్న ‘చీకటి’ అంతా ఏకమైనా

ఒక చిన్న కొవ్వొత్తి ముందు నిలబడలేదు.”

—విన్ రోడ్

మన ప్రపంచంలో వక్రత ఏర్పడడం, దార్శన్యం లోపించడం, ఆత్మగౌరవం తగ్గడం జరుగు తాయి.

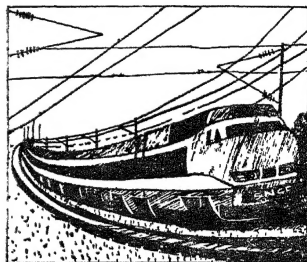
వీటన్నిటి కంటే ప్రళయ మైన మరో విధానం ఉంది. మన పురోగతికి సాధనంగా మన కష్టాలను మనం ఉపయోగించుకో వచ్చును. 'సాహసం' వంటి ఉదాత్త గుణాలను ప్రకటించేందుకు అవకాశంగా వాటిని మలచుకోవచ్చును. కష్టానుంచి నూతన విజయాల సాధనకు ప్రేరణను పొందవచ్చును.

ప్రాచీన కాలంలో గ్రీస్ దేశంలో 'దెమోస్తీస్' అనే యువకుడు ఉండేవాడు. అతనికి బ్రహ్మాండమైన నత్తి, పాపం, ఒక్క వాక్యం తడబడకుండా సరిగ్గా మాట్లాడ లేక పోయేవాడు. తోటివారు అతణ్ణి చూసి నవ్వే వారు. ఇంకొక రెవరైనా అయితే అలాంటి పరిస్థితులలో 'ఆత్మ దయ' (self-pity) తో క్రుంగిపోయి ఉండేవారు. అలా కాకుండా అతడు ఒంటరిగా నముద్రపు ఒడ్డుకు వెళ్ళి నోటినిండా గులకరాళ్ళు పోసుకుని విధానంగా 'నత్తి' లేకుండా స్పష్టంగా మాట్లాడడం అభ్యాసం చేశాడు. చివరికి - గ్రీస్ దేశంలో సాటిలేని మహోపన్యాసకుడుగా అతడు ప్రసిద్ధి పొందాడు.

ఇటీవలి కాలంలో ఆ విషయంలో చెప్పకో దగిన వ్యక్తి జగత్ ప్రసిద్ధురాలైన హెలెన్ కెల్లర్ గురువు అనీ సుల్లివాన్. ఆమె పుట్టు గుడ్డి. తన 8 వ ఏటనే తల్లిని కోల్పోయింది' తండ్రి ఆమె నలగతి పట్టించుకో లేదు. ఒక 'వర్క్ సౌస్' లో ఆమె పెరిగింది. అదృష్ట వశాత్తు వారు ఆమెను 'అంధుల పాఠశాల'కు

పంపారు. అక్కడ ఆమె బ్రెయిలి లిపి నేర్చుకుంది. తరువాతి కాలంలో గుడ్డి— చెవుడు—మూగ, అయిన ఏడేళ్ళ హెలెన్ కెల్లర్ కి నర్సగా ఆమెను నియమించారు. చిన్నతనంలో కెల్లర్ అదుపాజులు లేకుండా తెగ అల్లరి చేస్తూ, అందరినీ ఎదిరిస్తూ ఉండేది. కల్లిదండ్రులే 'ఇందుమిందు మూఢురాలు', (near-idiot) అని ఆమె విషయంలో నిర్ణయానికి వచ్చారు. డా. కామ్యూ

మిక్కిలి వేగంగా పోయే రైలు



1981 ఏప్రిల్ 28 న ఫ్రాన్స్ లోని టి.టి.వి. ఒక రైలును గంటకు 380 కి.మీ.ల వేగంతో నడిపి కొత్త రికార్డును సృష్టించింది. అయితే - ప్రస్తుతం 270 కి.మీ.ల కంటే ఎక్కువ వేగంగా తమ రైళ్ళు నడువరా దని నిశేధించారు. రెండు ఇంజన్ లూ, మధ్యలో కి పెట్రెలూ ఉండే ఈ రైళ్ళలో ఎయిర్ కండిషనింగ్, ధ్వని నివారక పౌకర్యాలూ (sound proofing) ఉండడం వల్ల తడవకు 388 గురు ప్రయాణికులు పీటిలో సుఖంగా ప్రయాణం చేయగలుగుతున్నారు.

“సంపదలు కూడ బెట్టడమనే విద్యకు, వితరణ బుద్ధితో వెచ్చించగల లక్షణం లేకపోతే, దానంత జ్ఞాద్రమూ, నీచమూ మరొకటి లేదు” - గాంధీ

యోర్ హోవే 'చెవుడు, గుడ్డి' అయిన లారా బ్రిడ్జ్ మనకి ఎలా విద్యాబోధన చేసిందీ వివరించే గ్రంథాన్ని ఆనీ చదివింది. అదే ప్రక్రియలో కెల్లర్ కి ఆమె విద్యాబోధన చేసింది.

హెలెన్ కెల్లర్ కథ జగత్ ప్రసిద్ధమైంది. చెవుడు, గుడ్డి ఇంచుమించు మూగ అయిన ఆమె ఎలా యూనివర్సిటీలో పట్టభద్రురాలైందీ, ఆధునిక యుగంలో మానవ విమోచనం కోసం, ప్రగతి కోసం ఎంత ఉత్సాహంగా ఆమె పాటుపడిందీ అందరికీ తెలుసు. కాని, దారుణమైన ఆంగవైకల్యంతో బయటి ప్రపంచంతో ఎలాంటి సంబంధం లేని ఆ బాలికకు ఆశ. ధైర్యం, పట్టుదల, సంతోషాల తలుపులు తెరచిన ఆనీ సుల్లివన్ ను గురించి ఎక్కువ మందికి తెలియదు. తన

విద్యార్థిని జీవితం కంటే ఆనీ సుల్లివన్ జీవితం మరింత సాహసంతో కూడింది. అంగ వైకల్యాలను అధిగమించడంలో మానవాతీతమైన ప్రజ్ఞకూ, తన బరువులనూ, కష్టాలనే తన విజయానికి నిచ్చిన మెట్లుగా మార్చుకునే అద్భుతమైన నైపుణికి ఆమె జీవితం గొప్ప నిదర్శనం.

తీవ్రమైన తన అంగవైకల్యాల వల్లనే, చిన్ననాడు తను అనుభవించిన కష్టాలవల్లనే అలాంటి మరో వ్యక్తి పరిస్థితిని సూక్ష్మంగా అవగాహన చేసుకోగల శక్తి ఆమెకు అలవడింది. ఒక వ్యక్తి జీవితంలో వెలుగు ప్రసరింప చేయడం అనే అక్షరాలా అసంభవమైన కార్యాన్ని తన ఓర్పుతోనూ, ధైర్యంతోనూ ఆమె సాధించ గలిగింది.

ఆనీ మాటలలోనే ఆమె విజయానికి

అబ్బ! రేమేష్ ఎంతబాగా బొమ్మలు గీస్తున్నాడో! మీరూ నేర్చుకోండి!



డ్రాయింగ్ పెయింటింగ్
కార్టూనింగ్ కమర్షియల్ ఆర్ట్
లోయర్ హ్యాండ్ డ్రాయింగ్
లను పోస్టుద్వారా సేర్వీస్ పంపు

ప్రొఫెక్ట్ కౌన్సం ఒక రూపాయి 100 చేయండి



చిత్రపతి

కరెస్పాండెన్స్ కోర్సు కేంద్రం

పూర్వ రోడ్ పెంటర్

విజయవాడ 520002

కీలకం ఈ సూత్రం: “ఫలితం ఎలా ఉన్నా ప్రారంభించడం మానకండి: ఒకసారి ఓడిపోతే, మళ్ళీ మొదలు పెట్టండి. దానివల్ల మీ బలం పెరుగుతుంది. చివరికి లక్ష్యం సాధిస్తారు. అలా సాధించిన లక్ష్యం ఒక్కొక్కప్పుడు మనం ఉద్దేశించింది కాకపోవచ్చును; కాని, ఆనందంగా మనం దాన్ని జ్ఞాపకం పెట్టుకుంటాం.”

సుప్రసిద్ధ మనశ్శాస్త్రవేత్త డా. ఆల్ఫ్రెడ్ ఆథర్డ్ ప్రతిపాదించిన ప్రధాన సూత్రాలలో ఒకటి: తమ అనృథలనూ, నిరాశలనే ముడి పరుగుగా ఉపయోగించి మన విజయాలను సాధించే శక్తి. ఋజాంకాన్ని ధనాంకంగా మార్చే శక్తి మనస్సులో స్వతప్సిద్ధంగా ఉంది అని. “మనలో లోపాలే మనకు అదృష్టంగా పరిణమిస్తాయి. కష్ట సమస్యలూ, నిరాశలూ, ఓటమీలూ ఎన్నడూ రుచి చూపి ఉండని వారి కంటే ఎన్నో ఇక్కట్లను ఎదుర్కొన్నవారే జీవితంలో మరింత సైకి వస్తారు” అంటారు ఆయన!

మీ చుట్టూ ఉన్న మిత్రులనూ, పరిచయస్థులనూ జాగ్రత్తగా గమనించండి. వారిలో ఎక్కువగా ఆకర్షించే బలమైన వ్యక్తిత్వం గలవారెవరో ఆలోచించండి. అలాంటి వారిలో ప్రతి ఒక్కరూ ఎన్నెన్నో కష్టాలు పడ్డవారూ, నిరాశనూ, ప్రతిబంధకాలనూ ఎదిరించి నిలబడ్డవారూ అయి ఉంటారు. పరిస్థితులు ప్రతికూలంగా ఉన్నప్పటికీ కాదు, ఆ ప్రతికూల పరిస్థితుల వల్లనే వారు విజయం సాధించా రని మీరు గుర్తించ గలుగుతారు.

మరో విశేషం కూడా ఉంది. భయంతో కప్పించుకొని పారిపోజూచి నవ్వుటి కంటే

దైర్యంగా మనం ఎదుర్కొన్నప్పుడు మన కష్టాలు మనకు మరింత తక్కువ బాధాకరంగా కనిపిస్తాయి. ‘బాలనాగపట్న కథ’లాంటి మన జానపథ కథ లన్నింటిలోనూ మాయల మరాఠీకో, మరో రాక్షసుడికో భయపడకుండా కథానాయకుడు వారిని ఎదిరించిన కొద్దీ క్రమంగా వారి బలం సన్నగిల్లుతూ వస్తుంది. అలాంటి కథలు తర తరాలుగా ఒక జాతి గడించిన విజ్ఞానానికి నిదానాలు భయాలనూ, బాధలనూ దైర్యంగా ఎదుర్కొడంవల్ల వాటి తీవ్రత తగ్గుతుం దనీ. అలా ఎదుర్కొనే వ్యక్తి బలం పెరుగుతూ వస్తుం దనీ మానవ నాడో గుర్తించిం దనడానికి రాక్షసుల

(మీ గతా 60 వ పేజీలో)

పొగత్రాగడంవల్ల అనర్థాలు



అమెరికాలోని ‘నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ హెల్త్ స్టాటిస్టిక్స్’ 1979 సం.కి ప్రకటించిన రికార్డుల ప్రకారం పనికి నాగపెట్టేవారు పొగత్రాగని వారిలో కంటే పొగత్రాగే వారిలో 47.4 శాతం ఎక్కువ.

“సాయం చేసే మంచి మనస్సుకు విమర్శించే హక్కు ఉంటుంది.” — అబ్రహం లింకన్

భారత యోగులు

భగవాన్ బాలయోగి

పి. ఎల్. సుబ్రహ్మణ్య

ప్రతి ఏడూ మహా శివరాత్రి వెళ్ళిన మర్నాడు జన్మించారు. ఈయనకు తల్లి దండ్రులు తూర్పు గోదావరి జిల్లాలోని ముమ్మిడి పెట్టిన పేరు సుబ్బారావు. వరం గ్రామం భగవాన్ శ్రీ బాలయోగి గొళ్ళ కులానికి చెందిన ముగ్గురు సందర్శనానికి వచ్చే లక్షలాది భక్తులతో భూస్వాములవద్ద 5 ఏళ్ళ పాటు గొడ్డ కొపరి కిట కిట లాడిపోతుంది. గత 37 ఏళ్ళుగా కుర్రాడుగా సుబ్బారావు పని చేశాడు.

1948 జూన్ 22 నుంచి బాలయోగి ఉగ్ర తపస్సు కొనసాగిస్తున్న పుణ్య స్థలం ముమ్మిడివరం. విరంతరం ఆనంద మయుడైన పరబ్రహ్మ యందు జీవించే ఆ మహా యోగి ఉనికి వల్ల ఆ ప్రాంతం ఇప్పుడు పవిత్రతతో, అపూర్వ సౌందర్యంతో కలకల లాడుతుంది.



ఒక శనివారం (22.6.1948) నాడు ప్రొద్దున విద్ర లేస్తూనే ఎంతో ఆనందంగా కనిపించాడు సుబ్బారావు. ఒక శ్రీకృష్ణుని ఫొటో, ఒక నారదుని ఫొటో చేత బుచ్చుకుని తిన్నగా తమ ఇంటికి దక్షిణంగా ఉన్న కొబ్బరి తోటలోకి వెళ్ళా

తూర్పు గోదావరి జిల్లాలో ఆమలాపురం తాలూకాలోని ఒక కుగ్రామం ముమ్మిడివరం. ఊరికి దూరంగా ఉండే హరిజన వాడలో శ్రీ కటికాతల గంగయ్య, శ్రీమతి రామమ్మ అనే హరిజన పుణ్య దంపతుల మూడవ బిడ్డగా 1930 ఆక్టోబరు 23న బాలయోగి

హెక్టేర్ కి 6 టన్నుల వరి పంట

అగ్ని పర్వతాలతో కూడిన ఒక చిన్న ద్వీపం అయిన జపాన్ ఏటా సగటున హెక్టేర్ కి 6 టన్నుల వరి పంట పండిస్తుంది. ఇండియాలో సగటు దిగుబడి 1.8 టన్నులు మాత్రమే!

డు. ఒక కొబ్బరి చెట్టు క్రింద ఆ పొదోలను చెట్టు మొదలు కానించి నిలబెట్టి ఉత్తరముఖంగా కూర్చుని తపస్సు ప్రారంభించాడు. సరిగ్గా అప్పుడే సూర్యోదయం అవుతూంది

ఉదయం 10 గం.లకు గాని తల్లి దండ్రులకు అతని జాడ తెలియలేదు. వారు అదుర్దాగా పరుగెత్తుకు వచ్చి బ్రతిమిలాడి, బామాడిలాభం లేకపోగా, చివరికి బలవంతాన అతణ్ణి ఇంటికి తీసుకు వెళ్ళారు. ఇంటికి వెళ్ళిన తరువాత కూడా అరుగు మీద కూర్చుని కళ్ళు మూసుకుని అతడు తన తపస్సు సాగిస్తూనే ఉన్నాడు. ఆ విధంగా 16 వ ఏటనే యోగి అయినందున అందరూ ఆయనను 'బాలయోగి' అన్నారు. చివరికి ఆ పేరే స్థిరపడి పోయింది. కుల, మత వివక్షణ లేకుండా వందలాది జనం రోజూ ఆ హరిజన పేటకు వచ్చి బాలయోగి దర్శనం చేసుకోసాగారు. ఆ తరువాత కొన్నాళ్ళకు శ్రీ గంగయ్య హరిజన పేట చేరువలోని ఒక పోరంబోకు భూమిలో అతని కోసం ప్రత్యేకంగా ఒక చిన్న కుటీరం నిర్మించాడు.

సమాధి స్థితిలోనే ఉంటూ ఎప్పుడు ఎలా బాలయోగి ఆ కుటీరంలోకి వచ్చాడో ఎవ్వరికీ తెలియదు. అక్కడ వద్దాననం పేసుకుని తపస్సు కొనసాగిస్తున్నాడు. ఎండనక, వాననక తీర్థప్రజగా జనం వచ్చేవారు. ఉన్నట్టుండి ముమ్మడివరం మహాక్షేత్రం అయి పోయింది. వచ్చిన భక్తులు అర్పించిన దక్షిణలతో ఆ హరిజన దంపతులు బాలయోగికి వక్కా మందిరం కట్టించారు. వెనుకటి లాగానే ఎవ్వరికీ తెలియకుండా బాలయోగి

ఆ మందిరంలో ఆయన కూర్చోడానికి నిర్మించిన వేదిక మీద ప్రత్యక్షం అయ్యారు. 'యోగ సమాధి' కొనసాగుతూనే ఉంది.

1949 ఫిబ్రవరి 8న కాకినాడ వట్టణ వాస్తవ్యులు శ్రీ వ్యాసం సత్తిరాజు బాలయోగి సందర్శనానికి వచ్చారు. ఆ సత్తిరాజు పూర్వజన్మ సుక్కుతం వల్ల బాలయోగి కళ్ళు తెరచి ఆయనతో మాట్లాడారు. మళ్ళీ 1949 ఫిబ్రవరి 10న మరో ఇరువురు

ప్రపంచ స్థాయి భారత క్రీడాకారుడు



ప్రపంచ స్థాయి ప్రావీణ్యం సాధించిన భారతీయ క్రీడాకారుడు ఇప్పటివరకు మిల్కాసింగ్ ఒక్కడే ఉన్నాడు. 1958 లో బోకియోలో జరిగిన ఆసియా క్రీడోత్సవాలలో 400 మీ. ల దూరాన్ని 46.6 సెకనులలోనే ఆయన పరుగెత్తారు. 200 మీ.లు, 400 మీ.ల పోటీలలో ఆసియాలో ఆయన క్రొత్త రికార్డు స్థాపించారు. అదే ఏడాది కార్దివోలో జరిగిన కామన్వెల్త్ క్రీడలలో బంగారు పతకం సాధించిన తొలి భారతీయ క్రీడాకారుడు మిల్కాసింగ్.

పుణ్యాత్ములతో ఆయన ఇలా చెప్పారు: “నా తపస్సు చరమ దశకు వచ్చింది. ఇదే నాకు ఆఖరి జన్మ. చాలా ఉగ్రమైన తపస్సుకి ఇప్పుడు నేను ఉపక్రమిస్తున్నాను. త్వరలోనే పిద్ధి కలుగుతుంది. మందిరం తలుపులు బందించి తాళం వేసి, ఎవ్వరూ నా తపస్సుకు విఘ్నం కలిగించకుండా చూడండి!”

ఆ ఇరువురు పుణ్యాత్ములూ “ఏదాది కొక సారి అయినా భక్తులకు దర్శనం అనుగ్రహించ వలసిందని ప్రార్థించగా అందుకు ఆయన అంగీకరించారు. ప్రతి ఏడూ శివరాత్రి వెళ్ళిన మర్నాడు ఒక్క రోజు మాత్రం మందిరం తెరవడానికి ఆయన ఒప్పుకున్నారు.

1949 మార్చి 27 న కొందరు భక్తులు బాలయోగి తపస్సు చేస్తున్న కుటీరానికి పెంకుటి కప్పు వేయించడానికి వచ్చారు. వారు ఆయనను కలుసుకొని కొన్నాళ్ళు రోజూ భక్తులకు దర్శనం ఇవ్వవలసిందని కోరారు. ఉదయం 4 గం.లు మొదలు 8 గం. ల దాకా కొద్ది రోజుల పాటు రోజూ ఆయన దర్శనం ఇచ్చారు. వారు అడిగిన కొన్ని ప్రశ్నలకు కూడా బాలయోగి జవాబు చెప్పారు. అదే ఆయన ఆఖరు సారి మాట్లాడడం.

ఆ తరువాత నేటి వరకూ ఆయన ఎవ్వరితోనూ మాట్లాడింది లేదు. శివరాత్రి వెళ్ళిన మర్నాడు ఇచ్చే దర్శనం సందర్భంలో మాత్రం బాలయోగి కళ్ళు తెరచి కమిటీ సభ్యులతో కేవలం సంజలతోనే ప్రసంగిస్తారు. దానిని బట్టి కొన్ని ఏళ్ళుగా ఆయన మౌన వ్రతం పాటిస్తున్నట్లు అర్థం అవుతుంది.

ముమ్మిడివరంలో ఆ విధంగా ఉగ్ర తపస్సు చేస్తున్న బాలయోగి ఆకలి, దప్పక

లను జయించారు. ఆహారంతో, నీటితో, గాలితో ఆయనకు పని లేదు. శివరాత్రి వెళ్ళిన మర్నాడు ఒక్కరోజు 20 గంటలపాటు మౌనంగా భక్తులకు దర్శనం ఇస్తున్నారు.

ఈ ఏడు దర్శనం 1984 మార్చి 1 న తెల్లవారు జాము 4 గం. లు మొదలు రాత్రి 12 గంటల వరకూ జరుగుతుంది. బాలయోగి ఆశ్రమంలో వెలసిన ఎన్నెన్నో భవనాలూ, గోపురాలూ పవిత్ర వాతావరణాన్ని సృష్టించి, ఆయన దర్శనానికి వచ్చే లక్షలాది భక్తుల మనస్సులను భగవంతునివై పుమళ్ళిస్తున్నాయి. ●

ప్రముఖ క్రికెట్ ఆల్ రౌండ్ర్ లలో గణనకెక్కిన కపిల్దేవ్



ప్రస్తుతం 24 ఏళ్ళ వయస్సులో ఉన్న క్రికెటర్ కపిల్దేవ్ మిక్కిలి చిన్న వయస్సులోనే 1,500 పరుగులూ, 150 వికెట్లూ సాధించారు. ఒక్క సంవత్సరం (1979) లోనే ఆయన 74 టెస్ట్ వికెట్లు తీసుకున్నారు. 1981 లో డెన్మిన్ లిల్లీ దానిని అధిగమించేవరకూ అదే ప్రపంచ రికార్డు.

పరిశోధనలు

**మిక్కిలి పెద్ద కమ్యూనికేషన్స్
శాటిలైట్:**

1984 లో ఆరియాన్ రాకెట్ ద్వారా యూరప్ అంతటిలోకి మిక్కిలి పెద్ద 'కమ్యూనికేషన్ శాటిలైట్'ను భూమి కక్ష్య లోకి ప్రవేశపెట్టే సన్నాహాలు జరుగు తున్నాయి. దీనిలో రెండు టీ.వీ. రిలే సౌక ర్యాలూ, అనేక 'టోగల్డ్ అనుబంధాలూ' (data links) ఉంటాయి. ఏక కాలంలో ట్రైటన్ అంత ప్రాంతంలో 10 టీ. వీ. ఛానెల్స్ పని చెయ్యడానికి కావలసినంత శక్తిని ఇది ఉత్పత్తి చేయగలదు. దాదాపు 70,000 టెలిఫోన్ సంభాషణలను ఏక కాలంలో అది ప్రసారం చేస్తుంది.

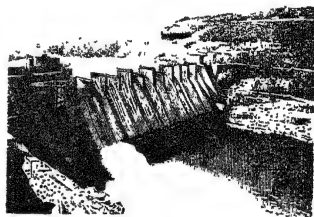
**టెలిఫోన్ తీగల ద్వారా
ఉత్తరాల బట్టాడా:**

అమెరికాలో పోస్టు ద్వారా ప్రస్తుతం బట్టాడా అవుతున్న ఉత్తరాలలో 4/5 వ వంతు రాబోయే కొద్ది సంవత్సరాలలో టెలి ఫోన్ తీగల ద్వారా బట్టాడా అయే స్థితి వస్తుంది. 'కంప్యూటరైజ్డ్' చేసిన టైప్ మెషిన్ మీద తను పంపదలుచుకున్న ఉత్తరం టైప్ చేసి, చిరునామాదారు టెలిఫోన్ నెంబరు డయల్ చేస్తే దాని, వెంటనే టెలిఫోన్ తీగల ద్వారా ఆ ఉత్తరం ప్రసారమై రెండో కొనను

టైప్ రైటర్ మీద టైప్ చేయబడు తుంది. మరో పద్ధతి - ఉత్తరం చేతితో వ్రాయడం గాని, మామూలు టైప్ మెషిన్ మీద టైప్ చేయడం గాని జరిగితే, దానిని ఫాక్స్ మిలీ యంత్రంలో పెట్టి, చిరునామా దారు టెలిఫోన్ నెంబర్ డయల్ చెయ్యాలి. ఒక నిమిషం తరువాత చిరునామాదారు

(మిగతా 50 క పేజీలో)

**ఆనకట్టల నిర్మాణంలో
ఇండియా ముందంజ**



ప్రపంచంలో పెద్ద పెద్ద ఆనకట్టలు ఎక్కు వగా నిర్మించిన ప్రపంచ దేశాలలో నేడు ఇండియా ఒకటి. 1,554 పెద్ద ఆనకట్టలూ, మరెన్నో చిన్నవీ, మీడియమ్ సైజువీ మనకు ఉన్నాయి. వీటి నిర్మాణానికి సుమారు రూ. 10,000 కోట్లు ఖర్చయింది. మరో 200 జల విద్యుత్ పథకాలు ఇంకా నిర్మాణం పూర్తి కానివి ఉన్నాయి.

“దైర్యే సాహసే లక్ష్మీ.”

— సంస్కృత నూక్తి

ఆరోగ్యవ్యాసానికి మూలికలు

పసుపు మొక్క ఉపయోగాలు

డా॥ పి. జె. తోటమ్

ఇవాళ అంటి బయోటిక్ మందులు ఎన్నో వస్తున్నాయి. అయినా—కలరా వ్యాధి కి చికిత్స చెయ్యాలంటే డాక్టర్లకు ఇప్పటికీ గుండె బెదురే: అయితే—కలరాకు ఆయుర్వేద

తాయ. పసుపు మొక్క (బెర్బెరిస్ బెర్బెరిస్) లో ఎన్నో రకాలు: బెర్బెరిస్ అరిస్టాటా, బెర్బెరిస్ ఆసియాటికా, బెర్బెరిస్ లైసియమ్ వంటివి. ఇవన్నీ 'బెర్బెరి డేసియే' అనే వృక్ష కుటుంబానికి చెందినవి.



BERBERIS LYCIUM

దంలో ఒక అమోఘమైన మందుంది. ఇప్పుడిప్పుడే అల్లోపతి వైద్య పరిశోధకుల దృష్టిని కూడా ఆది ఆకర్షిస్తుంది. అది కస్తూరి పసుపు.

తమిళనాడులోని నీలగిరి కొండలలోనూ, ఇండియాలోని అన్ని సమశీతోష్ణ ప్రాంతాలలోనూ పసుపు మొక్కలు బాగా ఎదుగు

మీ రైతే?



(“నిర్జనంగా ఉన్న రోడ్డుమీద డజను కుక్కలు వెంట పడితే?”)

“పది మంది అప్పలోళ్ళు తరుముకొస్తే తప్పించుకున్నా; నాకు కుక్క లొక కెక్కా? —జి. బాబురావు, వడిశలేరు.

* * *

“నా ప్రాణానికి ఒక్కటి చాలదా; డజను కుక్కలు ఎందుకు స్వామీ!” —మట్టా అప్పలస్వామి, దేవాది.

* * *

“మొన్న వరదలకు మా ఊళ్ళో ఊరకుక్క లన్నీ చచ్చిపోయాయిగా!” —ఆర్. సత్యనారాయణ, సూరప్ప గూడెం.

“నిజంగా చావు లేదనడానికి మొలిచే

క్రొత్త ఆంకురం ఒక నిదర్శనం!” —వార్ట్ వ్లిట్టెక్

బెర్బెరిస్ అరిష్టాటాకు వివిధ ఇండియన్ ఖాషలో పేర్లు: తెలుగు—కస్తూరి పసుపు; హిందీ—రసౌత్; తమిళ, మలయాళాలు—మర మంజళి; బెంగాలీ—దర్ హతీ; కన్నడ—దొడ్డమర దరిపిన; మరాఠీ—దర్ హాలద్; పంజాబీ—సున్ లూ; ఇంగ్లీషు—ట్యూమరిక్ (tumeric).

ఈ మొక్క తాలూకు దుంపల పై బెరడూ, మొదలూ, పళ్ళు వైద్యానికి ఉపయోగ పడుతాయి.

ప్రొ. థార్, ఆయన సహచరులూ బెర్బెరిస్ అసియాటికా కలిపిన సారాయిని తెల్ల ఎలుకలమీద (albino rats) ప్రయోగించి చూడగా అది వాటి రక్తంలోని చక్కెర భాగాన్ని బాగా తగ్గించింది. మూడు రకాల బెర్బెరిస్ కూడా మానవులలో వచ్చే కేన్సర్ మీద అమోఘంగా పని చేస్తుంది. బెర్బెరిస్ లై సియమ్ అమోబియాసిస్ (గ్రహణి, రక్త విరేచనాలు) మీద చాలా బాగా పని చేస్తుంది. ప్రొ. దత్తా, ఆయ్యర్లు దీనిని లేబరేటరీలో ఒక రకం ఎలుకల (golden hamsters మీద ప్రయోగించి చూశారు.

కలరా వ్యాధిని కలిగించే 'పెబ్రియా కోలేరే' అనే సూక్ష్మ క్రిముల ఉత్పత్తిని బెర్బెరిస్ నిరోధిస్తుంది. అయితే వ్యాధి ముదిరిన దశలో దీనివల్ల ఎక్కువ ప్రయోజనం ఉండదు.

356 మంది కలరా రోగులకు బెర్బెరైన్ తోనూ, 264 మందికి 'క్లోరాఫెనికోల్'తోనూ చికిత్స చేసి, వాటి ఫలితాలను డా. లాహరీ, డా. దత్తా పరిశీలించారు. సూక్ష్మక్రిములు

ఉన్న రకం, లేని రకం కలరాలు రెండింటి మీదా బెర్బెరైన్ బాగా పనిచేయడం గమనించబడింది.

చెట్ల వల్ల లాభాలు



ఒక ఎకరం మేరలో పెరిగే చెట్ల నుంచి 18 మంది ఒక ఏడాది పాటు పీల్చడానికి సరిపోయే 4 టన్నుల ప్రాణ వాయువు ఉత్పత్తి అవుతుంది. సక్రమంగా నీళ్ళు పోసి పెంచే ఒక చెట్టు, గదిలో అమర్చే నైజా 10 ఎయిర్ కండిషనర్లు 24 గంటలసేపూ పని చేస్తే ఇచ్చే టంత చల్లదనాన్ని ఇస్తుంది. గాలిలోని ధూళిని, పుప్ప వరాగాన్ని, మాలిన్యాలనూ చెట్లు వడకడతాయి. ధ్వనిని 50 శాతం తగ్గించడానికి చెట్లు తోడ్పడుతాయి. గాలి తీవ్రతకు నిరోధకాలుగా కూడా చెట్లు ఉపయోగిస్తాయి. వర్షపు నీరు సూటిగా నేల మీద పడి సారవంత మైన మట్టి కొట్టుకు పోకుండా చెట్ల ఆకులు నిరోధిస్తాయి.

“ఉపకారం పొందిన వారు మరచిపోకూడదు:

చేసిన వాడు గురుంచుకోకూడదు.”

—ఛార్లస్

నించారు. 'క్లొరా పెనికోల్' కంటే బెర్బెరైన్ వాడడం వల్ల మరణాల సంఖ్య, విరేచనాల పరిమాణం, రోగ వ్యవధి, రక్తం ద్వారా ఎక్కించే ఆహార పరిమాణం కూడా బాగా తగిపోయాయి. పూర్తిగా కోలుకునే వ్యవధి (convalescence period) కూడా తగింది. మరో విశేషం: దీనిని ఒక నిర్దిష్ట మైన మోతాదులో వాడితే అవాంతర దుష్ఫలితాలు ఏవీ ఉండవు. తడవకు 16 మి.గ్రా.ల చొప్పున 2 రోజులపాటు రోజుకి 6 గం.ల కొకసారి, మూడో రోజున 8 గం.ల కొకసారి, 4 వ రోజున ఒకేసారి—ఈ మోతాదులలో దీనిని సేవించాలి.

1972 లో 'జియార్డెయిసిన్' వ్యాధితో బాధపడే 29 మంది రోగులకు ప్రొ. చాదరి బెర్బెరైన్ రోజుకి రోగి శరీరం బరువును బట్టి ఒక్కొక్క కి.గ్రా కి 5 మి.గ్రా.ల చొప్పున 6 రోజులపాటు, 9 మందికి 'మెట్రోనిడజోల్' రోజుకి కి.గ్రా. ఒకటికి 10 మి.గ్రా.ల చొప్పున 6 రోజులపాటు; 20 మందికి వైటమిన్ 'బి' కాంప్లెక్స్ 6 రోజులపాటు ఇచ్చి వాటి ఫలితాలను పోల్చి చూశారు.

బెర్బెరైన్ ఎక్స్ట్రాక్ట్ తో 1970 లో డా. శారద మరో ప్రయోగం చేసింది. 50 మంది పిల్లలకు వచ్చిన గాస్ట్రో ఎంట్రెటిస్ (ఒకరకం కలరా) వ్యాధికి ఆమె బెర్బెరైన్ తో చికిత్స చేసింది. విరేచనాలు కట్టింపడానికి అది పటిష్టమైన మందునీ, పిల్లలకు కూడా దానిని నిశ్చయంగా వాడవచ్చుననీ ఆమె ప్రకటించింది. దానిలో ఎలాంటి విష పదార్థాలూ లేవు.

పైన చెప్పిన డాక్టర్లందరూ అలోపతి డాక్టర్లు. విత్తం మనం వాడుకునే ససువు ఎంత ఆసాధారణమైన మహిమ గలదో తమ ప్రయోగాల ద్వారా వారు రుజువు చేశారు ●

“నా సమస్యలు
మరింత జటిలమైనవి!”



సాపేక్షతా పద్ధాంతాన్ని స్థాపించిన సుప్రసిద్ధ శాస్త్రవేత్త ఆల్బర్ట్ ఐన్ స్టైన్ కి కేవలం గణితం మాత్రమే కాక ఇంకెన్నో వ్యాపకాలు ఉండేవి. మొదటి సారిగా ఇటీవలనే ప్రచురితం అయిన ఐన్ స్టైన్ లేఖలలో ఆయన సుఖాపితాలూ, భరోజులూ ఎన్నో కనిపిస్తాయి. అదృష్టం కలపిరాని ఒక విద్యార్థిని ఓదారుస్తూ ఆయన ఇలా వ్రాస్తాడు: “నీ గణిత సమస్యలు తలుచుకొని తలక్రిందులు కాకు: నమ్ము - నా సమస్యలు మరింత జటిలమైనవి.”

“దేవుడు ‘బానిస’గానూ ఉండవచ్చు;

‘యజమాని’గానూ ఉండవచ్చు.”

—హోరేస్

వనితా లోకం

మీ ముఖం అందంగా ఉండాలంటే...?

డా. సుసన్ జాన్

మనీషి ఆరోగ్యానికి అద్దం లాంటిది ముఖం.

'వెండి తెర తార లంత అందంగా ఉనం లేమే!' అని నిరుత్సాహ పడకండి. మీరూ అందంగా కనిపించవచ్చు. పౌడర్లు, స్పోలూ మొదలైన సౌందర్యపోషక పదార్థాల మీద

కాస్మెటిక్స్ వాడకం వల్ల చర్మం లోని రంధ్రాలు పూడిపోయి శరీరంలోని మాలిన్యాలను బయటకు నెట్టే ప్రక్రియకు అంతరాయం ఏర్పడుతుంది. అలా కాకుండా నూనెల మద్దన ముఖంలో రక్త ప్రసారాన్ని పెంచుతుంది.

ముఖమీద మచ్చలు ఉంటే ప్లాస్టిక్ సర్జరీ అవసరం లేదు. దోసకాయ కోరి, ఆ కోరును

(మిగతా రికె వ షేజీంగ్)



డబ్బూ, సమయం, శక్తి వృథా చేసే బదులు అంతర్గతమైన మీ జీవశక్తిని పెంపొందించుకునే ప్రయత్నం చెయ్యండి. తాజాపళ్ళూ, దుంపలూ, పచ్చి కూరలూ బాగా తినండి. ముఖానికి కాస్మెటిక్స్ బదులు ఆలివ్ నూనె గాని, కొబ్బరి నూనె గాని, నువ్వుల నూనె గాని వారానికి 3,4 సార్లు మద్దన చెయ్యండి.

భావ పరిచయ పోటీ



“పరుల మీద పన్నీరు పోస్తే గదా మన మీద పూల వాన కురిసేందుకు?”

—ఎన్. బోను, కలకోట.

* * *

“బురద చిందించే డాబు అయింది దుమ్ముతో ఖరాబు!”

—బి. ఎన్. చార్లు, కర్నూలు.

* * *

“అడవిల్లల్ని ఏడిపించా లని ఉబలాటం! తప్పుతుందా మరి గుణపాఠం?”

—కె. విజయ శ్రీధరబాబు, ఆనంతపురం.

“మంచి తనమే హందాతనం!”

—కెన్నెసన్

జీవితం నేర్చిన పాఠాలు

జీవితమే ఒక గొప్ప గ్రంథాలయం!

ఫ్యాజా అహ్మద్ అబ్బాస్



[హర్యానా రాష్ట్రంలోని చరిత్రాత్మకమైన పానిపట్ నగరంలో 1914 జూన్ 7 వ తేదీన ఫ్యాజా అహ్మద్ అబ్బాస్ జన్మించారు. 1933 లో బి. ఏ. పట్టభద్రులై మరి రెండేళ్ళకు ఆలిఫుర్ ముస్లిమ్ విశ్వ విద్యాలయంలో న్యాయశాస్త్ర పరీక్ష పాస్ అయారు పత్రికా పేరేఖకుడుగా, గ్రంథ కర్తగా, హిందీ పీఠమాల రచయితగా, నిర్మాతగా, దర్శకుడుగా సుప్రసిద్ధులు శ్రీ అబ్బాస్.]

‘జీవితం’ నాకు ప్రధాన గురువు; ఎన్నెన్నో అంశాలు నాకు ‘జీవితం’ బోధించింది.

ముఖ్యంగా - విశ్వసింపదం నేను ‘జీవితం’ నుంచి నేర్చుకున్నాను. అన్నిటి కంటే ‘మనిషి’లో నాకు ఎక్కువ నమ్మకం. కట్టెలు కొట్టే మనిషి, సిద్ధతోడే కూలి పూదోటల పెంచే తోటమాలి. సౌందర్యం సృష్టించే కళాకారుడు, కవి. శిల్పి, శాస్త్రవేత్త, రోడ్లనూ, రైలు మార్గాలనూ, వంతెనలనూ నిర్మించే ఇంజనీరు. ప్రేమికుడు - కష్టపడే వని చేసే ఇలాంటి ప్రతి ఒక్కరిలోనూ, నా ఆశంధిమైన నమ్మకం!

మారణాయుధాల కోసం పెడుతున్న ఖర్చు

ప్రతి 2 సెకనులలోనూ ప్రపంచంలో మారణాయుధాల కోసం పెడుతున్న ఖర్చు రూ. 1,65,000 లు. ప్రతి 2 సెకనులకు ఒకరు చొప్పున ప్రపంచంలో శిశువులు మృతిస్తున్నారు. శిశువులను పొట్టను పెట్టుకుంటున్న 10 ప్రధాన వ్యాధుల నుంచి రక్షకల్పించడానికి ఒక్కొక్క శిశువు క్రింద కేవలం రూ 50. లు ఖర్చు పెడితే ఆ శిశు మరణాలను అరికట్ట వచ్చును.

“చాలామందికి ఫిర్యాదుల ‘క్యా’లో నిలబడడం సరదా:

-లా రామోర్

నా మీద నాకు గల నమ్మకాన్ని కూడా 'జీవిత'మే నాకు నేర్పించి. ఈ మానవ సముద్రం తాలూకు ఓ చిన్న నీటి బొట్టును నేను మానవత్వం అనే 'సహారా' ఎడారిలోని ఒక ఇసుక రేణువును నేను. ప్రాణంతో స్పందిస్తూ జీవిస్తూన్న అస్తిత్వాన్ని నేను. ఊరికే జీవించడమే కాదు; స్త్రీలలోనూ, పురుషులలోనూ, ప్రకృతిలోనూ కనిపించే అద్భుత సౌందర్యాన్ని ప్రేమించ గలవాణ్ణి. నమస్త మానవ జాతి నాలో ఉంది. మానవ జాతి అంతటిలో నేను ఉన్నాను. మానవీయమైన యౌవన శాస్త్రం, నీతి శాస్త్రం, వివేకం, యోగ్యత - వాటికి ప్రతినిధులైన గౌతమ బుద్ధుడు, మోసెస్, శ్రీకృష్ణుడు, శ్రీరాముడు, క్రీస్తు, మహమ్మద్, గురు నానక్, కబీర్, హుసేన్ కవులు, యోగులు - అందరూ నాలో ఉన్నారు. అందరిలోనూ నేను ఉన్నాను.

యోగులే కాదు. తత్వవేత్తలు, కవులు, భావాలలో, ఆచరణలో విప్లవాలు తెచ్చిన సహారథులు. కార్ల మార్క్స్, ఆయన బోధించిన మార్క్సిజం, లెనిన్. టాల్స్టాయ్, 'అర్థ నగ్న ఫకీర్'గా ప్రవద్ది పొందిన గాంధీ, రోషే, రోలా, టాగూరు, 'స్వరాజ్యం నా జన్మ హక్కు' అని చాటి. తత్పరితంగా బర్మాలోని మాండలేలో ప్రవాస శిక్ష విధించ బడ్డ తిలక్ - అందరూ నాలో ఉన్నారు. అందరిలోనూ నేనున్నాను.

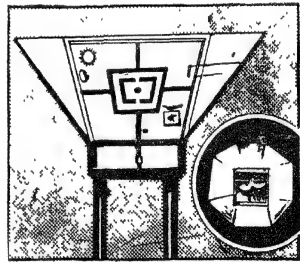
తన ప్రజలు పరస్పరం గొంతులు కోసుకోకుండా ఉండే నిమిత్తం తన ప్రాజ్ఞా దారపోసిన గాంధీజీ, విప్లవాత్మకంగా, నిర్మాణాత్మకంగా ఆలోచించే విశాల హృదయుడు

జవహర్ లాల్ నెహ్రూ, ఆత్మతత్త్వ దర్శి, మహాకవి ఇక్బాల్, విశ్వజనీన దృష్టి గల వివేకానందుడు - అందరూ నాలో ఉన్నారు. అందరిలో నేను ఉన్నాను. వారందరి ఆలోచనలే, వారి కవితలే నాకు ఒక రూపాన్ని ఏర్పరిచాయి.

కార్యదక్షతైన స్త్రీ, పురుషులందరిలోనూ నాకు ప్రగాఢమైన విశ్వాసం:

అంతర్వాణి ఆదేశాలను విని, దేశం కోసం అగ్నికి ఆహుతి అయిపోయిన 'జోన్ ఆఫ్ ఆర్గర్', 'తన రూస్' కోసం కాక 'మన ఇండియా' కోసం ప్రాణాలు అర్పించి పోరాడిన రూస్సెరాజిలక్ష్మిబాయి, ఫ్రాన్స్ లో,

చౌక దరకు దొరికే పోర్ట్ బుల్ 'సార' కుక్కర్



'సూర్యముఖి' అనే కేవలం ఒక కిలో బరువు ఉండే 'సార' కుక్కర్ రూ. 95 లకే లభిస్తుంది. అల్పామినియం, అట్టలు, ప్లాస్టిక్ భాగాలతో కూడిన ఈ కుక్కర్ ని మడిచి ఎక్కడి కైనా కేలికగా వెంట తీసికొని పోవచ్చును.

"గుర్రాల్లాగ వెనక్కి తన్నే స్వభావం గల వారు ముందుకు వెళ్ళలేరు." - బెనాడిక్ట్

అమెరికాలో, రష్యాలో గొప్ప విప్లవాలు తెచ్చిన మహా యోధులు, తమ మాతృ దేశం అయిన ఇండియాకు దాస్య విముక్తి కలిగించాలనే ఆకాంక్షతో అసాధ్యమైన పనికి పూనుకొని ఒక చిన్న పడవలో కెనడా నుంచి ఇండియాకు బయలుదేరిన మహా సాహసులు, జలియన్ వాలా బాగ్ దురంతంలో ఆత్మార్పణ చేసిన వీరులు, ఆ దురంతానికి కారణమైన ఆంగ్లేయుణ్ణి లండన్ లో కాల్చి చంపిన ఉద్దామ్ సింగ్, లాలా లజపత్ రాయ్ మరణానికి కక్ష సాధించి 'ఇంక్విలాబ్ జిందా బాద్' అనే నినాదాన్ని మనకు ప్రసాదించిన భగత్ సింగ్.

అంతరిక్ష యానంలో ధ్వని వేగంతో మొట్టమొదటి సారిగా భూమిని చుట్టిరావడమే కాక, తెలియని దాన్ని తెలుసుకోవాల్సన్న ఆ మహోద్యమంలో ఆసువులు బాసిన గగనరిన్, చంద్రుని మీద పాదం మోపిన ఇతర అమెరికన్, రష్యన్ వ్యోమగాములు.

రైంగిక ప్రవృత్తికి, స్వప్నాలకూ సంబంధించిన అద్భుత సత్యాలను త్రవ్వీ తీసిన ప్రాయిడ్.

సాపేక్షతా సిద్ధాంతాన్ని కనుగొన్న ఐన్ స్టైన్.

అందరిలోనూ నాకు ప్రగాఢ మైన విశ్వాసం: వా రందరూ నాలో ఉన్నారు. అందరిలోనూ నేను ఉన్నాను.

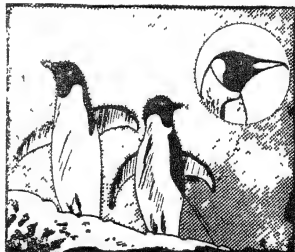
అన్నిటి కంటే ముఖ్యంగా - 'జీవితం' నాకు నేర్పిన పాఠం: విజ్ఞానం పుస్తకాలకే పరిమితం కాదని; విజ్ఞానికి ఈ జీవితమే ఒక గొప్ప విజ్ఞాన బాంధాగారం అని; వివిధ

విజ్ఞాన సర్వస్వాల నుంచి కంటే ఒక చిన్న వాన చినుకు నుంచి ఎక్కువ జ్ఞానం నేర్చుకోవచ్చు నని;

జీవితాన్ని గౌరవించడం నేర్పించి నాకు 'జీవితం'. మానవ జీవితాన్నీ, జంతు జీవితాన్నీ మాత్రమే కాదు; ప్రకృతి జీవితాన్ని కూడా! నిజానికి అన్ని జీవితాలూ ఒక్కటే!

నిండుగా, నిర్మాణాత్మకంగా, ఉత్సాహ భరితంగా జీవించడం నేర్పించి నాకు జీవితం!

పెంగ్విన్ పిట్టలు పిల్లల్ని పెంచే తీరు



ఎప్పుడూ నీరు గడ్డకట్టి ఉండే అంటార్క్టిక్ సముద్ర ప్రాంతంలో పెంగ్విన్ పిట్టల పిల్లలు ఆహారం స్వయంగా జీర్ణం చేసుకోవడం కూడా సమస్య! అందుకే తల్లి పిట్ట ఆహారాన్ని ముందుగా తను తిని, అది సగం జీర్ణం అయ్యాక నోరు తెరుస్తుంది. పిల్ల పెంగ్విన్ తల్లి నోటిలో నోరుపెట్టి సగం జీర్ణమైన ఆ ఆహారాన్ని ఆరగిస్తుంది.

“అందరికీ ఆనందాన్ని సాధిస్తే తప్ప

నీ ఒక్కడూ ఆనందంగా ఉండలేడు!”

-సర్ జగదీశ్ చంద్రబోస్

నవ్వు

బలే చిత్రమైన ఆవు!

ఒక నవనాగరక యువతి మొదటిసారి ఒక పల్లెకు వెళ్ళినప్పుడు ఇలా అంది: "అరే... బలే చిత్రంగా ఉందే ఈ ఆవు! దీనికి కొమ్ములు అసలు లే వెండుచేత?"

రైతు: ఆవుకు కొమ్ములు లేకపోవడానికి అనేక కారణాలు ఉండవచ్చు అమ్మగారూ: అయితే ఈ 'ఆవు'కు కొమ్ములు లేకపోవడానికి కారణం... ఇది ఆవు కాదు, గుర్రం!"

నాకు లాయర్ ఆక్కరలేదు:

న్యాయాధిపతి: నువ్వు లాయర్ ని పెట్టు కన్నావా?

ముద్దాయి: లేదు సార్:

న్యాయాధిపతి: లాయర్ అవసరం అని నీకు తెలియదా?

ముద్దాయి: నాకు లాయర్ ఆక్కర లేదు సార్: నేను నిజం ఒప్పేసుకోబోతున్నాను.

బిల్లును సగానికి తగ్గించే పరికరం

నారాయణ: నేను మోసపోయానే!

భార్య: అసలు ఏం జరిగిందండీ?

నారాయణ: "మీ బిల్లును సగానికి తగ్గించే పరికరం కావా లింటి రూ. 15 లు

పంపండి!" అని ఒక ప్రకటన చూసి వెంటనే వారికి డబ్బు పంపించాను.

పంపిస్తే?

నారాయణ: వాళ్ళు నాకో కత్తెర పంపారు. (మిగతా 48 వ పేజీలో!)

బూట్లు జారకుండా చేసే నాడాలు



ఏ. ఏ. ఏ. నాడాలను బూట్ల అడుగున ఒక పట్టాతో బిగించడం ద్వారా పిండిమంచు మీద గాని, మంచుగడ్డ మీద గాని కాలు జారకుండా తేలికగా నడవవచ్చును. ప. జర్మనీ లోని పెర్లబాఫ్ లో తయారయ్యే ఈ నాడాల పట్టాలను కొన్ని పెకల్ల వ్యవధిలోనే బూట్లకు బిగించుకో వచ్చునట!

"వాదన కెప్పుడూ ఇద్దరుండాలి - మీరు వివాహతులైతే తప్ప!" — టామి రీజ్

ఆశ్చర్యకరమైన విషయాలు

చెల్లిం చు కున్న శపథం

సదానంద మొహంతి

బెళ్ళో వదుపుకుంటున్న రోజుల్లో లాల్ బహదూర్ శాస్త్రి ఒక రోజున తోటి పిల్లలతో కలిసి దగ్గరలో ఉన్న ఒక పుణ్యక్షేత్రానికి వెళ్ళాడు. అక్కడ ఆలయం సమీపంలో ఉన్న ఒక

కున్నాడు. 'ఎప్పటికైనా దేశానికి ఉపయోగించే ఘనకార్యం చేసి ప్రజల హృదయాల్లో తన పేరు శాశ్వతంగా ముద్రించుకోవాలి' అని; 'శిలాఫలకం మీది తన పేరును

శిలా ఫలకం మీద చాలా మంది తమ పేర్లు చెక్కుకుని ఉండడం చూశాడు. ఎంతో సంతోషంగా తను కూడా తన పేరు ఆ శిల మీద చెక్కాడు.

అయితే—ఆ రాత్రి అతనికి నిద్ర పట్టలేదు. అవాళ తాను చేసిన



ప్రజాహృదయాల మీదికి పరివర్తింప చెయ్యాలి' అని.

ఆ నాడు ఆ విధంగా పథాన్ని అనంతర జీవితంలో అతడు అక్షరాలా చెల్లిం చుకున్నాడు. 1965 లో భారత ప్రజలందరూ

పనిని గురించే మధన పడసాగాడు. ఆ శిల మీద తన పేరు చెక్కుకోడం వల్ల తన కేమి ఒరిగింది; కొన్నాళ్ళకు ఆ రాతి మీది అక్షరాలు చెరిగిపోతాయి. తను చేసిన పని వట్టి మూర్ఖపు పని; వెంటనే లేచి ఆ అర్ధరాత్రికి అర్ధరాత్రి తిరిగి ఆ ఆలయానికి వెళ్ళి ఆ శిల మీద తన చెక్కిన తన పేరును చెరిపేసి వచ్చాడు.

ఆ షణం లోనే ఆయన ఒక శపథం తీసు

తమ ఏకైక మహా నాయకుడుగా ఆయనకు బ్రహ్మ రథం పట్టారు. భారత జాతి అగ్ర నాయకులలో ఒకరుగా ఆయన ఈ నాడు పరిగణింపబడుతున్నారు.

రష్యాలో శత వృద్ధులు

ప్రస్తుతం రష్యా దేశంలో 100 ఏళ్ళు నిండిన శతవృద్ధులు 18,000 దాకా ఉన్నారు.

“ఏష అత్మా న ప్రవచనేన లభ్యః”

(కేవలం వేదాలు వల్లంపడం వల్ల అత్యు సాక్షాత్కారం కాదు)

..కఠోపనిషత్

మంచి దస్తూరీ అలవరచుకోడం ఎలా?

హరిదాస్ మరోలీ



[కళింగ్ జిల్లా (కేరళ) లోని 'మలవరంబ' లోని 'ది ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ కాలిగ్రఫీ'కి శ్రీహరి దాస్ మరోలీ స్థాపకులు, దర్శకులు. కేరళ ప్రభుత్వంలో జైళ్ళలో గజెటెడ్ ఆఫీసరుగా రిటైరయిన శ్రీ మరోలీ స్వయంగా మంచి లేఖన కళాకారుడు.]

ఆలోచనలను కాగితం మీద నమోదుచేసే సాధనం అయిన 'లేఖనం' చేతి కదలికల వల్ల రూపొందుతుంది. మంచి దస్తూరీకి ఒక లక్షణం 'పఠనానుకూలత' (legibility). లేఖకుని వ్యక్తిత్వం ఆతని దస్తూరీలో ప్రకటితం అవుతుందని కచ్చితంగా చెప్పవచ్చును. చిన్నప్పుడు బడిలో దిద్దుకున్న కుదురైన అక్షరాల నుంచి దస్తూరీ మారుతూ వచ్చిన

కొద్దీ ఎక్కు వెక్కువగా అతని ప్రత్యేకతను అడి చాటుతుంది. దస్తూరీలో పఠనానుకూలత కంటే కూడా వ్యక్తిత్వ ముద్ర మరింత ప్రధాన మైనదిగా భావింపడం కద్దు. మంచి దస్తూరీ పఠనానుకూలంగానూ, అనుకరింపరానిదిగానూ ఉండడమే గాక, ఒక కళా రూపంగా కూడా పరిణమించ వచ్చును. వ్రాసేవారికీ, చదివేవారికీ కూడా దస్తూరీ ఆనందం కలిగిస్తూ ఉండడం ఎంత గొప్ప సంగతి! సర్వసాధారణమైన దస్తూరీ 'కళా రూపం' స్థాయిని అందుకోడం ఎంత గర్వింపదగిన అంశం! మన మాటలకూ, ఆలోచనలకూ 'ప్రసంగం' ఎంత అష్టాదకరమైన సాధనమో, మన దస్తూరీ కూడా అంత పొగసైన పరికరం!

'ధన్వంతరి' అవార్డు అందుకొన్న న్యూరో-సర్జన్

మద్రాసులోని సుప్రసిద్ధ న్యూరో సర్జన్ డా॥ బి. రామమూర్తి గత ఆక్టోబరు 30 న బొంబాయిలో జరిగిన ఒక సభలో 'ధన్వంతరి' అవార్డు అందుకున్నారు. మద్రాసు మెడికల్ కాలేజీలో 'న్యూరో-సర్జరీ' విభాగానికి అధిపతిగానూ, ప్రొఫెసర్ గానూ ఆయన పని చేశారు.

"అలవాటును అదిలోనే ఆరికట్టకపోతే

ఆ తరువాత అది 'అనసరం'గా మారుతుంది."

.సెంట్ ఆగస్టిన్

దస్తూరీ అనేది పుట్టుకతోనే సహజ సిద్ధంగా వచ్చేది అనీ, దాన్ని మెరుగుపరచు కునేందుకు ఓపికగా కాపీలు వ్రాయడం తప్ప వేరే సులభ సూత్రాలు ఏవీ లేవనీ సాధారణంగా జనం అనుకుంటూ ఉంటారు.

అడ్డంగా రెండు రూళ్లు వేసి దానిలో మేష్టారు ఒరవడి పెట్టడం, దానిని చూసి క్రింది రూళ్ళలో విద్యార్థులు కాపీ వ్రాస్తూ ఉండడం - మన స్కూళ్ళలో దస్తూరీ మెరుగు పరచుకునేందుకు సంప్రదాయంగా పాటిస్తున్న పద్ధతి ఇదే! ఇయితే - ఇలా పెట్టే 'ఒరవడి' చెయ్యి తిరిగిన లేఖనానికి నిదర్శనం కాదు. మెల్లగా పట్టి పట్టి వ్రాసే వ్రాత అది. అభ్యాసం వల్లనే చెయ్యి యథేచ్ఛగా తిరుగడం, వేగంగా వ్రాయడం అలవాటు అవుతుంది.

వేగంగా వ్రాసేటప్పుడు సహజంగా లేఖనంలో మార్పు వస్తుంది. అందుచేత - కాపీలు వ్రాయడం అనేది కొత్తగా చేసే ప్రయాణానికి స్థూలంగా మార్గనిర్దేశం చేసేది మాత్రమే! ఆ తరువాత అసలు ప్రయాణంలో తిరిగే మలుపు లన్నీ స్వీకృతి ఇష్టాన్ని బట్టి నిర్ణయం అయ్యేవే! ఆ మలుపుల నిర్ణయంలో ఆత్మ విమర్శ, ఆత్మోపదేశం మాత్రమే ఎక్కువగా తోడ్పడగలవు.

'లేఖన కళ' (calligraphy)ను గూర్చి మనలో ఎందరికీ తెలుసు? దస్తూరీ ఒక చేతి పని (handi-craft), అది ఒక కళ. కొన్ని ప్రధాన సూత్రాలను పాటిస్తూ ఆ కళను అధ్యయనం చేయవచ్చును, అలా నేర్చుకునేదే 'లేఖన కళ'; ఈ కళకు సంబంధించిన

వియమాలనూ, సూత్రాలనూ శ్రద్ధగా పాటిస్తే దస్తూరీలో సౌగంధ్యం, పతనానుకూలత మాత్రమే గాక, వేగంగా వ్రాయగల చాక చక్కం కూడా సిద్ధిస్తుంది.

ప్రపంచంలోని పెద్ద దేశాలలో ఇండియా ఆరోది



భూమి విస్తీర్ణం దృష్ట్యా ఇండియా ప్రపంచంలోని పెద్ద రాజ్యాల్లో ఆరోది; ఆసియాలోని పెద్ద రాజ్యాల్లో రెండోది, చైనా తరువాత 70 కోట్ల జనాభాతో కూడిన ఇండియాయే ప్రపంచంలో అధిక జనాగల దేశం. పారిశ్రామికంగా ఎక్కువ అభివృద్ధి సాధించిన మొదటి 10 దేశాలలో ఇండియా కూడా ఉంది. సైనికంగానూ శాస్త్ర, సాంకేతిక రంగాలలోనూ కూడా ఇండియా గణనీయమైన ఘనత సాధించింది

“అకలితో గిరిగిల్లాడే వాడికి దేవుడు
అన్నం రూపంలోనే దర్శన మిస్తాడు!”

సంప్రదాయంగా దస్తూరీ మెరుగుపరచు
కోడానికి అవలంబిస్తూ వచ్చిన పద్ధతులకూ,
ఇప్పుడు కొత్తగా రూపొందించిన పద్ధతు
లకూ తేడా ఏమీ ఉంటే సంప్రదాయ పద్ధతిలో
ఉన్నకు తెలియకుండానే 'లేఖన కళా' సూత్రా
లను పాటించడం జరిగితే, నూతన విధా
నంలో ముందుగా సూత్రాలు తెలుసుకొని
నేరీ అభ్యాసం కొనసాగిస్తున్నాము.

లేఖన కళ తాలూకు కొన్ని ప్రధాన
సూత్రాలు :

1. వ్రాసేటప్పుడు చేతిపట్టు ఒకేవిధంగా
ఉండేట్లు చూడాలి. అంటే - చెయి నిటా
యగా ఉంచితే చివరిదాకా అలాగే ఉంచాలి.
కుడి ప్రక్కకో, ఎడమ ప్రక్కకో వాల్చి
వ్రాయడలిస్తే చేతిని చివరిదాకా అలాగే
వాల్చి వ్రాయాలి.

2. అక్షరాల ప్రమాణం ఒకదాని కొకటి
అనుగుణంగా ఉండేట్లు చూడాలి. కొన్ని
పెద్దవీ, కొన్ని చిన్నవీ కాకూడదు.

3. తలకట్టు, క్రింది వత్తులు ఒకదాని
కొకటి సమాంతరంగా ఉండాలి.

4. రెండక్షరాల మధ్య విడిచే జాగా
అన్ని చోట్లా ఒకే విధంగా ఉండాలి.

5. కలిపి వ్రాతలో అతుకులు కూడా
అన్నిచోట్లా ఒకే విధంగా ఉండాలి.

6. సరళంగానూ, హుందాగానూ చెయి
ద్రుయతూ లేఖనం సాగాలి. అభ్యాసంవల్ల
లేఖని హుందాగా కదపడమూ, వేగమూ అం
గుడుతాయి.

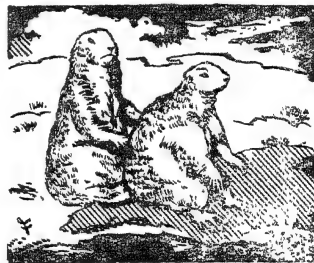
7. అక్షరాలన్నీ ఒకే రైన్ లో ఉండాలి.

పంక్తులలో వంకర రాకూడదు:

దస్తూరీని బాగుపరచుకోవా లంటే అన్నిటి
కంటే ముఖ్యంగా కావలసింది దృఢ
సంకల్పం, దీక్ష!

(ఆల్ ఫ్రెడ్ పెయిర్ బ్యాంక్ వ్రాసిన 'ఏ హాండ్
రైటింగ్ మాన్యువల్' సౌజన్యంతో)

బంధు సంపర్కాన్ని
పరిహరించే 'పెయిరీ' కుక్కలు



ఉ. అమెరికాలో 'పెయిరీ' మైదానాల
లోని కుక్కలు తమ కుటుంబ సభ్యులతో
సంగమించవు. ప్రిన్స్ టన్ యూనివర్సిటీకి
చెందిన జంతు ప్రవర్తన పరిశోధకుడు జాన్
హుగ్లండ్ పరిశీలించిన 200 సంకమాలలో
లేవలం 4 మాత్రమే బంధుత్వం ఉన్న
కుక్కల మధ్య జరిగాయి. తనకు పుట్టిన
అడకుక్క పిల్లలకు యుక్తవయస్సు రాగానే
తండ్రి కుక్క ఆ ప్రాంతం వదిలి దూరంగా
పోతుం దట!

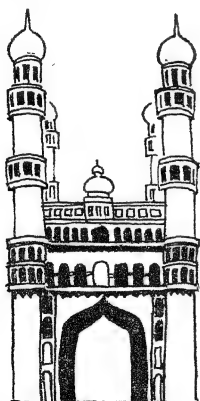
"కొందరు పుట్టుకతో గొప్పవారు; కొందరు గొప్పతనం సాధిస్తారు;

మరి కొందరికి గొప్పతనం ఆరోపించబడుతుంది." — షేక్స్పియర్

ప్రపంచ నగరాలు

హైదరాబాద్

ఇండియాకు హృదయ స్థానంలో ఉంది అంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర రాజధాని హైదరాబాద్. ఇండియాకు ప్రధాన లక్షణమైన 'వైవిధ్యంలో ఏకత్వానికి' చక్కని నిద



చార్ మినార్

ర్శనం ఈ నగరం. ఉత్తర భారతానికి దక్షిణపు కొనసూ, దక్షిణ భారతానికి ఉత్తరపు కొనసూ ఉన్న ఈ నగరం ఉభయ ప్రాంతాల

మధ్యానంస్కృతిరంగంలో చక్కని పంకెనలాగ ఉపకరిస్తుంది.

10 లక్షల పైబడిన జనాభాతో కూడిన 'హైదరాబాద్', 'పికింద్రాబాద్' అనే జంట నగరాలు కలిపి ఏర్పడిన ఒక మహానగర ఇది. సుమారు మైలు పొడవున వ్యాపించి ఉన్న హుసేన్ సాగర్ గట్టు (tank bund) ఈ రెండు నగరాలనూ కలుపుతుంది. 30 ఏళ్ళ క్రితం త్రవ్వబడిన హుసేన్ సాగర్ సరస్సు గట్టు మీది రోడ్డు సాయంత్రం అయ్యే సరికి నియాన్ లైట్లు వెలుగులలో మెరిసిపోతూ జంట నగరాల పౌరులకు సాయం సమయ విహార భూమిగా ఉపయోగపడుతుంది.

పోషణ లోపం వల్ల

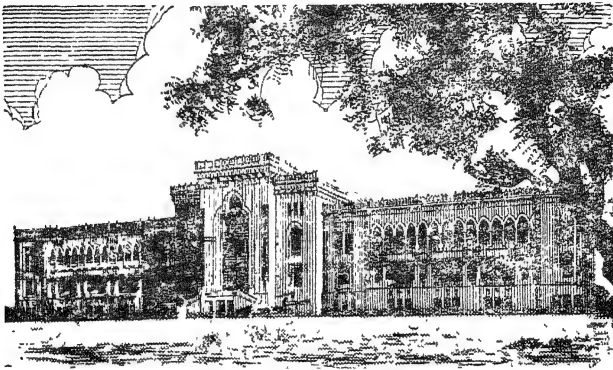
సంభవించే శిశు మరణాలు

షష్టికరమైన ఆహార లోపం వల్లా అంటువ్యాధుల వల్లా ప్రపంచంలో రోజు రోజూ 40,000 మంది శిశువులు మరణిస్తున్నట్లు 'యునిసెఫ్' (UNICEF) ప్రకటన వల్ల తెలుస్తుంది

“నక్షత్రాల పయనం కంటే ఒక గడ్డి రేకు పోయగం ఏ మాత్రం తక్కువది కాదు.” — వాల్డ్ విట్టన్

గోల్కొండ నవాబులలో 5 వ వాడు హమ్మద్ కులీ కతుబ్ షా 1589 లో నిర్మించిన ఈ నగరాన్ని ఆదిలో ఆ నవాబు ప్రేయసి అయిన 'భాగ్యమతి' పేరు మీదుగా 'భాగ్యనగరం' అనేవారు. 1735 లో అసఫ్ జాహీ నిజాముల్ ముక్క ఢిల్లీలోని మొగల్

1591 లో మహమ్మద్ కులీ కతుబ్ షా తన రాజ్యంలో లక్షలాది ప్రజల ప్రాణాలను పొట్టను బెట్టుకున్న స్త్రేగు వ్యాధి ఉపశమించిన సందర్భంలో ఆ సంతోష సంస్మరణ చిహ్నంగా ఈ కట్టడాన్ని నిర్మించారు. హైదరాబాద్ లోని ముస్లిముల ప్రధాన



ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయ కళాశాల

క్రమేన అధికారాన్ని ధిక్కరించి స్వతంత్ర ప్రకటించిన నాటినుంచీ ఈ నగరంగా పెరగడం మొదలు పెట్టింది. క్రమంగా శరకూ, సంస్కృతికీ ఒక ప్రధాన కేంద్రం అయింది. ఈ నగరంలోని మసీదులూ, ఆలయాలూ, గొప్ప గొప్ప భవంతులూ ఈ నగర హిసన వైభవాన్ని చాటుతున్నాయి.

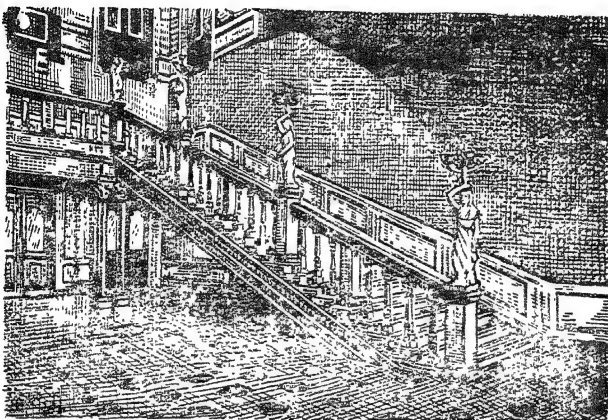
ఒక ప్రత్యాక నమనరించి అందంగా నిర్మించిన ఈ నగరం మధ్య భాగంలో 18 వ శాబ్ది నాటి చార్ మినార్ (నాలుగు స్తంభాల బృందం) అనే ప్రసిద్ధమైన కట్టడం ఉంది.

40 రోజుల పాటు భూగర్భ సమాధిలో ఉన్న యోగి

1837 లో హరిదాస్ అనే యోగి పంజాబ్ లోని లాహోర్ నగరంలో 40 రోజులపాటు అన్న పానాదులు గావి, గాలి గావి లేకుండా భూగర్భ సమాధిలో ఉన్నాడు. 40 రోజుల తరువాత శిష్యులు ఆయనను పైకి తీయగా సమాధిలో నుంచి బయటికి వచ్చి ఆయన కళ్ళు తెరిచారు. ఆ తరువాత చాలా ఏళ్ళు ఆయన జీవించారు.

“నిరంకుశ ప్రభుత్వం పెద్దప్పలి కంటే భయంకర మైంది!” —కన్ ఫ్యూషియన్

ప్రార్థనా మందిరం మెక్కా మసీదు. 10,000 ఉమా నగర దక్షిణ భాగాన ఒక చిన్న గుట్ట మంది భక్తులు ఏక కాలంలో ఇక్కడ ప్రార్థన మీద ఆ రోజులలో రూ. 35 లక్షల ఖర్చుతో చేయవచ్చును. ఈ మసీదు నిర్మాణాన్ని మహా ఫలక్ నుమా ప్రాసాదాన్ని నిర్మించారు.



ఫలక్ నుమా ప్రాసాదంలో మెట్ల వరుస

మ్యూద్ కుతుబ్ షా ప్రారంభించగా కుతుబ్ షాహీ రాజులలో చివరివాణ్ణి జయించిన మొగలాయీ వక్రవర్తి ఔరంగజేబ్ దీనిని పూర్తి చేశాడు. దీని నిర్మాణంలో ఆశ్చర్యం కలిగించే అంశం: ఆరీఫులకు ఆధార భూతంగా ఉన్న ఎత్తైన స్తంభాలన్నీ ఏకాంధ శిలలతో రూపొందించినవి.

హైదరాబాద్ లో ఇటీవల వెలసిన గొప్ప భవనాలలో చెప్పకోవలసినవి: ఫలక్ నుమా ప్రాసాదం, ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయ కళాశాల భవనం. ఒకప్పుడు హైదరాబాద్ రాజ్య ప్రధానిగా ఉన్న నవాబ్ సర్ వికార్-ఉల్-

లాయర్లకు సాయం చేసే

గా

న్యూయార్కులోని లాయర్లు కేవలం 20 దాల్లు చెల్లిస్తే 24 గంటల లోగానే ఒక కేస్ తో పోలికలు గల వెనుకటి కేసు లన్నిటి శాలుకు భోగటాని ఒక కంప్యూటర్ అందజేస్తుంది. విముషానికి 1,20,000 కేసుల చొప్పున సరిశీలించి ప్రస్తుతపు కేసులాంటి కేసులలో వెనుక చెప్పిన తీర్పుల పూర్తి పాఠాన్ని అది లాయర్లకు అందజేస్తుంది.

“తలుపులు మూసుకున్న సమాజంలో జీవించడం దుర్బరం;

సరిక్రొత్త భావాలు సమాజానికి అవసరం!” — జమహూర్ లాద్ సెహూ

నైజామ్ ప్రభుత్వంలో కొన్నాళ్ళు హోమ్ సెక్రటరీ గనూ, తరువాత ప్రధాని గనూ పని చేసిన సర్ అక్బర్ హైదరీ సూచన నమనరించి 1918 లో ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయం స్థాపించబడింది నగరం బయట ఉన్న అడిక్ మెట్టలో నిర్మితమైన విశ్వవిద్యాలయ భవనాల నిర్మాణంలో హిందూ, ముస్లిమ్ వాస్తు శైలిల మధ్య చక్కని సమన్వయం కనిపిస్తుంది. యూనివర్సిటీ కాంపస్ లో నేత్రపర్వం చేసే చక్కని ఉద్యాన వనం ఉంది. ఒక అరబిక్ ఇన్ స్టిట్యూట్, ఒక సంస్కృతం ఇన్ స్టిట్యూట్, 'ది పెంట్రత్ ఇన్ స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఇంగ్లీష్' కూడా ఈ యూనివర్సిటీ కాంపస్ లో నెలకొల్పబడ్డాయి.

మూసే నది ఒడ్డున ఉన్న హైకోర్టు భవనం, ఉస్మానియా అనుపత్రి భవనం వంటి కమ్మ చెదరగొట్టే గొప్ప భవనాలూ, మొగల్ పద్ధతిలో తీర్చిన చక్కని ఉద్యాన వనాలూ ఈ నగరంలో ముఖ్యంగా దర్శించదగినవి. తీర్చిన 'దోమ్'లతో, చక్కని గోపుర స్తంభాల (minarets) తో తెలుపు ఎరుపు రాళ్ళతో కట్టిన హైకోర్టు భవనం తీవ్రంగా కనిపిస్తుంది. ఉస్మానియా అనుపత్రి భవనం 31 అంతస్తుల పెద్ద కట్టడం.

నవాబ్ సాలార్ జంగ్ పేకరించిన అద్భుత కళా విధానాలపొందుపరచిన సాలార్ జంగ్ మ్యూజియమ్ హైదరాబాద్ నగరంలో ఒక గొప్ప ఆకర్షణ. ఉత్తమాభిరుచి, అఖండమైన బిశ్వరంగం ఉన్న సాలార్ జంగ్ జపాన్, చైనా, ఇటలీ, గ్రేట్ బ్రిటన్ మొద

లైన దేశాల నుంచి విలువైన ఆభరణాలూ, వజ్ర వైడూర్యాలూ, చిత్ర పటాలూ, శిల్పాలూ, కలప మీదా, దంతం మీదా చెక్కిన నగిషీ పనులూ, చైనా వారి మనోహరమైన పింగాణీ వస్తువులూ ఇలాంటి అపురూపమైన కళా ఖండాల నెన్నిటివో పేకరించారు. మేలి ముసుగులో నుంచి స్పష్టంగా కనిపించే రేషల్ (జేకబ్ ముద్దుల భార్య) తాలాకు

టన్ను వజ్రాల ధర
రూ. 4,500 కోట్లు



స్వచ్ఛమైన బొగ్గు నుంచి ఏర్పడే న్యూట్రాల్ వజ్రాలు. భూగర్భం నుంచి బంగారం కంటే చాలా అరుదుగా ఇవి లభిస్తాయి. వజ్రాలలో మిక్కిల ప్రశస్త మైనవి ప్రస్తుతం బంగారం కంటే 12,000 రెట్లు ఎక్కువ ఖరీదు. ఆభరణాలుగానే కాక, కోత పరికరంగా కూడా వజ్రాన్ని వాడుతారు. సానపట్టిన వజ్రాలు ఒకటన్న రూ. 4,500 కోట్లు ఖరీదుచేస్తాయి. ఏటా ప్రపంచంలో లభించే వజ్రాలు 2.5 టన్నులు మాత్రమే!

“ఎక్కువ పన్నుల భారం మోసే వారిని తక్కువ పన్నులు చెల్లించే వారు అణచి ఉంచగలిగినంత కాలమే ప్రభుత్వం విలుస్తుంది.”—బి. తెరెస్కీ

అద్భుతమైన పాలరాతి ప్రతిమా, ముందు నుంచి చూస్తే 'మెసిఫోపెలిస్' (7 భూతాలలో ఒకటి) రూపం, వెనుక నుంచి చూస్తే 'మార్గరెట్టా' (రా కుమారి) రూపం కనిపించే దారు ప్రతిమా ఈ మ్యూజియంలో అవశ్యం దర్శించదగ్గవి.



మెసిఫోపెలిస్. మార్గరెట్టా ప్రతిమ

ఒక పథకం ప్రకారం నిర్మించిన ఆధునిక నగరం సికింద్రాబాద్. హైదరాబాద్ దృష్ట్యా ఇది కొంత ప్రశాంతంగా కనిపిస్తుంది. ఇండియాలోనే మిక్కిలి పెద్ద సైనిక స్థావరాలలో ఒకటి సికింద్రాబాద్ లో ఉంది.

బోలారంలో ఉన్న రాష్ట్రపతి నిలయం పూర్వం బ్రిటిష్ రెసిడెంట్ ఉండే మందిరం. ప్రస్తుతం ఏటా భారత రాష్ట్రపతి దక్షిణాదిని

గడిపే కాలంలో ఇది ఆయనకు విడిది:

హైదరాబాద్ నగరానికి పశ్చిమంగా సుమారు 400 అ. ల ఎత్తున్న ఒక గుట్టమీద ప్రాచీనమైన గోల్కొండ దుర్గం ఉంది. దీని చుట్టూ 76 బురుజులతో కూడిన ఎత్తైన రాతి ప్రాకారం ఉంది. కాకతీయ రాజుల కాలంలో ఇది మట్టికోట. కుతుబ్ షాహీ వంశపు నవాబుల కాలంలో క్రమేణ దీనిని పెంచడం, బలపరచడం జరిగింది. దక్కన్ చరిత్రలో జరిగిన ఎన్నో యుద్ధాలకు రంగస్థలం ఈ దుర్గం. రాణులూ, రాకుమార్తెలూ, పౌరులూ కూడా కోటలోపలే ఉండేవారు. అంత పెద్ద కోట అది: క్రింది పింహద్వారం దగ్గర ఒక్కో నొక స్థలంలో నిలిచి చప్పుట్లు కొట్టిన, పెట్టిన కొండ శిఖరం మీది 'బారాదారీ'లో స్పష్టంగా అది వినిపిస్తుంది.

'బాలాహిస్సార్'కి, రాజభవనానికి మధ్య కట్టిన సుమారు 1/4 మైలు పొడవున్న త్రాడు మీద తారామతి, ప్రేమమతి అనే కుతుబ్ షాహీ నవాబు ప్రియురాలిని సృత్య చేస్తూ, సృత్య కళలో తమకు గల అద్భుతమైన చాకచక్యం ప్రదర్శించేవారట:

హైదరాబాద్ లో అపురూపంగా దొరికే వస్తువులు ఎన్నో ఉన్నాయి. కళాత్మకమైన 'నిర్మల్'. 'బిద్' సామానులకూ (ప్లేట్లు పెద్దెలు, జాడీలు మొ.), కోట్లకూ, శాల్వలకూ గానూ ఉపయోగించే హిమ్రూ గుడ్డకు హైదరాబాద్ ప్రసిద్ధి: ప్రాత నగరంలో దొరికే హైదరాబాద్ గాజులు ఒక ప్రత్యేకత గలవి విశిష్టమైన హైదరాబాద్ డిజైన్ లలో వివిధ ఆభరణాలు కూడా అక్కడ అమ్ముతారు

"కాలానుగుణంగా మార్పును అంగీకరించకపోతే

అది ఒక ఉప్పెన అయి, మనల్ని ముంచి వేస్తుంది." — జవహర్ లాల్ నెహ్రూ

ప్రాణాయామం వల్ల లాభాలు

“మనస్సుకీ, మన శ్వాస ప్రక్రియకూ దగ్గర సంబంధం ఉంది. శ్వాస క్రమబద్ధం అయితే మనస్సు శక్తి పెరుగుతుంది.”

మేలుకున్నా, నిద్రపోతున్నా ప్రతి రోజూ మొత్తం 25,000 సార్లు మనం శ్వాసింపడం జరుగుతుంది.



ఉపరి తిక్తులలోకి గాలి ఉరికే పీల్చడం వల్ల కాక, ఉచ్ఛ్వాస నిశ్శ్వాసాలను క్రమబద్ధం చేసుకోడం వల్లనే మనస్సులో శక్తి నిలిగి మనం భర్తీ చేసుకోగలం. ప్రాణాధిపతి ముఖ్యమైన అంశం పూర్తిగా గాలిని బయటికి వదలడం.

ప్రతిసారి పూర్తిగా గాలిని బయటికి వదలడం వల్ల శీతోష్ణస్థితి మొదలైన పరిణామాలలో వచ్చే మార్పులతో మన శరీరత్వం తేలికగా సరిపుచ్చుకో గలుగుతుంది. క్రమబద్ధమైన శ్వాస ప్రక్రియ ఎంత విలువైనదిగా ఉంటుంది.

ఒక పెద్ద సభలో, లేదా అపరిచితుల ముందు ప్రసంగించ వలసి వస్తే మనలో చాలామందికి వణుకు, కంగారు వచ్చేస్తాయి. అలాంటప్పుడు గాలిని గాఢంగా లోపలికి పీల్చడం, పూర్తిగా బయటికి వదలడం వలన సార్లు చేస్తే, ఆ భయం మటు మాయమై ధైర్యంగా మాట్లాడ గలుగుతాం.

మిణుగురులు

“నాడు నా దేశం రత్నగర్భం;

నేడు నా దేశం రక్తగర్భం!”

—పుష్పాల కృష్ణమూర్తి, లింగగిరి.

“హృదయాల సమూహమే సమాజం;

అయినా హృదయం లేనిది సమాజం!”

— డి. శిరీష, ప్రొద్దుటూరు.

ఆమె అంతరంగం నీకు తెలుసా?

“నిజం చెబితే విదేశీ తొత్తట;

దేశభక్తి వాడి ముత్రాక సొత్తట!”

—జి. నర్సారెడ్డి, పశ్చిమగూడ.

“ఎవరో వెంట వస్తున్నారని భ్రమ;

నాకే తెలియదు అది నా నీడని ఖర్మ!”

—కె. విజయానంద, విశాఖపట్నం.

“దుఃఖం ఔషధంగా పని చేస్తుంది.”

—కాపర్

‘నిశ్వాస’ (exhaling) కు ప్రాధాన్యం ఇస్తూ శ్వాస ప్రక్రియకు క్రమబద్ధం చేస్తే ఎంతటి ప్రతికూల పరిస్థితులలో కూడా ఆతి సహజంగానూ, ఉల్లాసంగానూ ఉండగలం.

మనలో చాలామందిమీ నగం నగమే శ్వాసిస్తూ ఉంటాం. గాలి పీల్చుకుండా ఉండలేము గనుక గాలి పీలుస్తాం. కాని, గాలి బయటికి వదిలేటప్పుడు మాత్రం పూర్తిగా వదలం. ఈ ప్రక్రియలో లోపలికి పీల్చే గాలి, బయటికి వదిలే గాలి కలిసి పోయి శ్వాస ప్రక్రియవల్ల పొందగల పూర్తి లాభాన్ని మనం పొందలేక పోతున్నాం.

వేగంగా, లయాత్మకంగా గాలిని పీలుస్తూ, వదులుతూ ఉండే అభ్యాసం వల్ల ఊపిరి తీపులలోని దొంగుపులును గాలి పూర్తిగా బయటికి నెట్టి వేయబడడం, పుష్కలంగా ప్రాణవాయువు సరఫరా కావడం జరుగుతుంది. ఇది మనలో శక్తిని క్రమబద్ధం చేసి, తాజాతనాన్ని, ఉత్సాహాన్ని కలిగిస్తుంది. ప్రయత్నపూర్వకంగా ఒక క్రమంలో శ్వాసిం చడంవల్ల అద్భుతమైన ఫలితాలు కలుగుతాయనడానికి ఇది చక్కని నిదర్శనం.

మామూలుగా యథాలాపంగా ఎలాంటి ప్రత్యేక ప్రయత్నం లేకుండా మనం శ్వాసిస్తూ ఉంటాం. అలా కాకుండా ఎంత ఎక్కువ గాలిని మనం బయటికి వదిలితే అంత ఎక్కువగా ప్రాణవాయువును మనం పీల్చుకోగలుగుతాం. అలా పీల్చిన అదనపు ప్రాణవాయువు వలన మన శరీరానికి, మన స్పృహ కూడా ఎంతో మేలు కలుగుతుంది.

ప్రాణాయామం అభ్యసించడం వల్ల మన

శరీరాలోగ్యం, జీవశక్తి ఎక్కువ అవుతాయి. మన దైనందిన కార్యక్రమాలను మరింత

‘టింబిక్టు’ దర్శించిన మొదటి యూరపియన్



అఫ్రికాలోని సహారా ఎడారి దక్షిణపు అంచున నైజర్ నది సమీపంలో ఉన్న ‘టింబిక్టు’ నగరాన్ని చేరుకున్న తొలి యూరపియన్ 29 ఏళ్ళ ఫ్రెంచ్ జాతీయుడు రెనె ఆగస్ట్ గెయిల్. ఒంటె పయనాని వ్యాపార మార్గాలకు కూడలిగానూ, బానిసల వ్యాపార కేంద్రంగానూ ప్రసిద్ధి పొందిన ‘టింబిక్టు’ నగరానికి 1827 ఏప్రిల్ నెలలో ప. అఫ్రికాలోని ‘కాకండి’ నుంచి కాలి నడకను బయలుదేరి కొండల మీదుగా ఎన్నో నెలలు ప్రయాణించి, చివరకు 1828 ఏప్రిల్ లో అతడు ఆ నగరం చేరుకున్నాడు. ఆ ఏడు పెద్దెబరులో పారిస్ లోని ‘జియోగ్రాఫి కల్ సొసైటీ’ టింబిక్టు దర్శించి, భద్రంగా తిరిగి వచ్చిన తొలి యూరపియన్ గా అతనిని గుర్తించి, 10,000 ఫ్రాంకులు అతనికి బహూకరించింది.

“బ్రదికినన్నాళ్ళూ ప్రపంచం అంతా పరిపాలింప జూచే మనిషికి చనిపోయాక ఎంత కొద్ది నేల సరిపోతుంది!”

—ఫిలిప్

పటిష్ఠంగా మనం చేయగలుగుతాము. ఏదైనా బలమైన పని చేయవలసి వచ్చినప్పుడు శ్వాస పూర్తిగా విడువడం అవసరం అని తరుదు మనకు సలహా ఇస్తూ ఉంటారు.

సంపూర్ణంగా నిశ్చలమైనా ఉండే అలవాటు కలిగే ప్రయోజనం: 'అత్మ చేతన' (awareness of the self) ఎక్కువ కావడం. దీనివల్ల మన వెనుకటి అలవాట్లు పోయి కొత్తగా ఇంకో దేహం మనకు ప్రాప్తించిన అనుభూతి కలుగుతుంది. ప్రయత్న పూర్వకమైన శ్వాస ప్రక్రియ వల్ల అసన శుద్ధి అనే అదనపు లాభం కూడా కలుగుతుంది

ఒంటరిగా ఉన్నప్పుడు, ఎవరి కోసమో ఎదురు చూస్తున్నప్పుడు, లేదా ఏ క్యూలోనో నిలబడి ఉన్నప్పుడు శ్వాసప్రక్రియకు సంబంధించిన అభ్యాసాలు చెయ్యండి. అందువల్ల మీ శక్తులూ, ఉత్సాహం పుంజుకునే విధంగా లాభదాయకంగా ఆ సమయాన్ని గడిపిన వారవుతారు. మీ మానసిక స్థితుల (moods) మీద కూడా ప్రాజాయమ ప్రభావం ఎంత

ఎక్కువగా ఉంటుందో మీకే తెలుస్తుంది.

మనం నిత్యం చేసే ధ్యానం కూడా ప్రాజాయమానికి దోహదం చేస్తుంది. సక్రమ శ్వాస ప్రక్రియ మన దైహిక, మానసిక శక్తుల మధ్య చక్కని సమన్వయం సాధించి మన శక్తి, సామర్థ్యాలను పెంచుతుంది. ●

‘ఏ జాతీ ఒక విడి దీవి కాదు!’



**ఇనుమును ఉక్కుగా
మార్చి ఎగుమతి చేస్తే....?**

“ఇండియా తన ఇనుప ఖనిజాన్ని ఉక్కుగా మార్చి ఎగుమతి చేసే పక్షంలో ప్రస్తుతం లభిస్తున్న రూ. 400 కోట్లకు బదులు ప్రపంచ విపణిలో రూ. 2.850 కోట్లు సంపాదించవచ్చు.”

—ఆదిత్య విక్రమ్ బిల్లా (పారిశ్రామిక శాస్త్ర)

“ఏ జాతీ విడి దీవిగా జీవించలేదు. ఏ జాతీనీ తక్కినవాటితో సంబంధం లేని ఒంటెత్తు జాతిగా భావించరాదు. ఏ ఆధ్యాపిద్ధాంతానికి ఇతర సిద్ధాంతాలకో పొత్తు లేకుండా లేదు. అన్ని జాతులూ కలిసి మెలిసి జీవిస్తూ ప్రపంచ మానవ జీవితాన్ని మెరుగుపరచడానికి కృషి చెయ్యాలి!”

—డా॥ ఎస్. రాధాకృష్ణన్

“సామ్రాజ్యాలూ, నాగరకతలూ బయటి శత్రువుల వల్ల కాదు;

తమలోని హింసా ప్రవృత్తి వల్లనే పతనం అవుతాయి.” —జవహర్ లాల్ నెహ్రూ

మార్కు తెలుసా?

సుదీర్ఘ కాలం జైలు శిక్ష:

అమెరికాలోని ఇండియానా జైలులో 118 ఏళ్ళ 127 రోజులు ఫైదీగా ఉన్న జాన్సన్ వాండైక్ గ్రీన్బీ యే ప్రపంచంలో మిక్కిలి ఎక్కువకాలం జైలు శిక్ష అనుభవించిన వ్యక్తి:

మిక్కిలి సంక్షిప్త మైన వీలునామా:

జెక్ థాషలో 'వె జెనె' (vse zene అంతా భార్యకే) అనే రెండు మాటలతో వ్రాసిన వీలునామాయే ప్రపంచంలో మిక్కిలి సంక్షిప్త మైన విల్లు:

రెండవ పెద్ద ద్వీపం:

ఇండోనేషియా సమీపాన గల 'పాపువా న్యూగినియా' ప్రపంచంలోని మిక్కిలి పెద్ద ద్వీపాలలో రెండోది. జనాభాలో త్రైతస్థ పులూ, అదివాసులూ అధికంగా ఉన్న ఈ ద్వీపాన్ని గూర్చి బయటి ప్రపంచానికి ఎక్కువగా తెలియదు.

సుదీర్ఘ కాలం సాగిన యుద్ధం:

చరిత్రలో 1338 మొదలు 1453 వరకూ సాగిన మూడు సంవత్సరాల యుద్ధమే ప్రపంచంలో ఎక్కువ కాలం సాగిన యుద్ధం:

టెన్నిస్ పోటీ చూడవచ్చిన

మిక్కిలి పెద్ద గుంపు:

అమెరికాలో ఆస్ట్రోడోమ్ (హావ్ టన్)
(మిగతా 37 వ శతాబ్దం)

ఇంజన్, డ్రైవర్ అక్కర
లేని రైలు



ప. జర్మనీలో పిటీ నర్వీసులలో వాడడానికి ఒక కొత్తరకం 'అయస్కాంతపు రైలు' నమోనాను తయారు చేశారు. దీనికి చక్రాలు గాని, ఇంజను గాని, డ్రైవరు గాని అవసరం లేదు. విద్యుత్తంత్రుల ద్వారా స్పష్టించబడిన ఒక అయస్కాంత క్షేత్రంలో రైలు పెట్టె అడుగున అమర్చిన అయస్కాంతమే రైలును నడుపుతుంది.

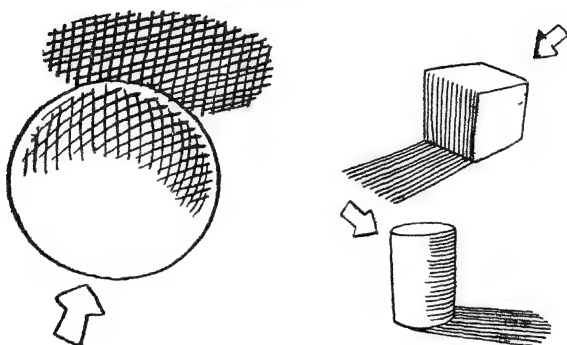
'సత్పరిపాలన ఉంటే ప్రజలకు ఎలాంటి స్వేచ్ఛలూ అక్కర లేదు.' — సర్ వాల్టర్ రాలే

కొద్దును అ గీయటం ఎలా?

టి. వెంకటరావు

28

వెలుగు నీడలు



ప్రకృతిలో మనం నిజంగా చూపేది వెలుగు నీడల కలయికనే! ప్రతి వస్తువుకీ ఒక వేపు వెలుగు, మరోవేపు నీడ కనిపిస్తాయి. వస్తువుకి దగ్గరగా నేలమీద కూడా దాని నీడ పడుతుంది.

సూర్యుడు, దీపం, మంట మొదలైన వెలుగు నిచ్చే స్థానాల నుంచి వస్తువుల మీద వెలుగు ప్రసరిస్తుంది. పగటిపూట సూర్యుడి కిరణాలు నేరుగా సోకక పోయినా ఇంట్లో కూడా కొంత వెలుగుతురు ఉంటుంది. గాలి లోని ధూళి కణాలు ప్రతిఫలిత కాంతిని

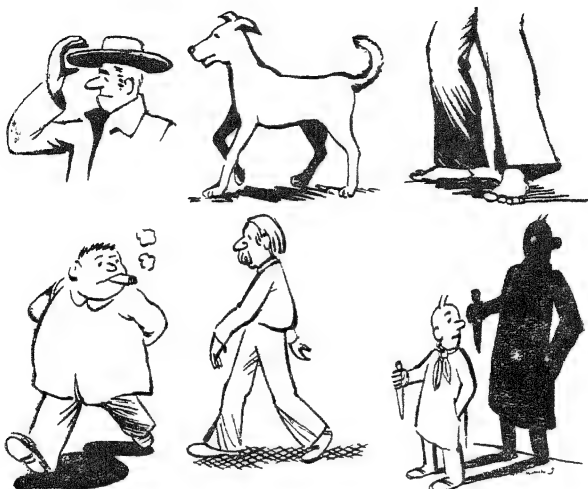
రెండు గుండెకాయలు
ఉన్న వింత వ్యక్తి!

నేపిల్స్ (ఇటలీ) నగరంలోని గుయ్ సెపీ డీమయ్ అనే వ్యక్తి రామ్ము భాగంలో రెండు గుండెకాయలు పనిచేసేవి. యూరప్ లోని శాస్త్రవేత్త లందరూ ఈ వ్యక్తి విషయంలో విశేషాసక్తి చూపారు. 1894 లో 'లండన్ అకాడమీ ఆఫ్ మెడిసిన్' వారు మరణానంతరం అతని దేహాన్ని ఇచ్చేందుకు 15,000 డాలర్లు చెల్లించారు.

“ఎత్తు ముషి గొప్పదనాన్ని నిర్ణయించలేనట్టే,

జనాభా జాతి గొప్పను చాటదు.”

—విక్టర్ హ్యూగో



కొంతవరకూ ప్రసరిస్తూ ఉండడం ఇందుకు కారణం.

ఎప్పుడూ వెలుతురుకు ఎదురు వైపునే నీడ కనిపిస్తుంది. వైనుంచి వెలుతురు వస్తూ ఉంటే వస్తువు అడుగున నీడ ఉంటుంది. ఎడమనుంచి ప్రసరిస్తూ ఉంటే కుడివైపునా, కుడినుంచి ప్రసరిస్తూ ఉంటే ఎడమవైపునా నీడ పడుతుంది. కాంతి ఎంత ప్రకాశవంతంగా ఉంటే నీడ అంత గాఢంగా, నల్లగా ఉంటుంది. అది మందకొడిగా ఉంటే నీడ కూడా అలాగే ఉంటుంది. వస్తువు ఏ రూపంలో ఉంటే నీడ అదే రూపంలో ఉంటుంది.

కాంతి సూటిగా ప్రసరిస్తూ ఉంటే నీడ పొట్టిగా ఉండడం, ఏబివాలుగా ప్రసరిస్తూ ఉంటే

పొడుగు ఉండడం మీరు గమనించవచ్చు.

కొందరు కామ్యూనిస్టులు వెలుగు నీడలను తమ తమ ప్రత్యేక పద్ధతులలో సూచిస్తారు. కొందరు నీడలను అసలు సూచించనే సూచించరు. కొందరు వస్తువుల మీద నీడ పడే భాగాలను సూచించకపోయినా నేల మీద పడే నాటి తాలూకు నీడలను మాత్రం సూచిస్తారు. (నశేషం)

మూడు గొప్ప సూక్తులు

“నిన్ను నువ్వు తెలుసుకో!” — సోక్రటీస్

“నిన్ను నువ్వు అదుపులో ఉంచుకో!”

— మార్కస్ ఆరిలియస్

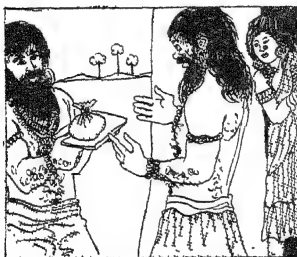
“నిన్ను నువ్వు అర్పించుకో!”

— ఏసు క్రీస్తు

“అలవాట్లు అదిలో సాలెగూళ్ళు; అనంతరం అవి ఇనుప గొలుసులు.” — స్పెయిన్ సామెత

అధివాసుల వివాహ చారిత్రాలు

'వివాహం' అంటే ఒక స్త్రీ, ఒక పురుషుడూ ప్రేమానురాగాలతో కలిపి జీవిస్తూ సంతానాన్ని కని, పెంచి, పెద్ద చెయ్యడం. అయితే ఇండియాలోని పలు అధిమవాసులలో వివాహ వారాలు విచిత్రంగా కనిపిస్తాయి.



'కూకి' జాతివారిలో ఒక పిల్లను వివాహమాడ దలచిన యువకుడు కొన్ని వారాలపాటు ఆ పిల్లతో కలిసి వారి ఇంట్లో గడుపుతాడు. ఇద్దరి స్వభావాలూ పరస్పరం నచ్చితేనే వారిద్దరూ వివాహం ఆడతారు. నచ్చని పక్షంలో ఆ యువకుడు ఆ కుటుంబాన్ని వదిలి తన దారిని తాను వెళ్ళిపోతాడు. అయితే అలా వెళ్ళిపోయే ముందు ఆ కుటుంబానికి అతడు కొంత పరిహారం చెల్లించుకోవలసి ఉంటుంది.

'గోండ్' జాతి వారిలో 'రాక్షస' వివాహం అమలులో ఉంది. 'రాక్షస' వివాహం అంటే దిలాత్కారంగా పిల్లను ఎత్తుకు పోయి

పెళ్ళి చేసుకోడం. ఈ తంతు సాధారణంగా పండుగ రోజుల్లోనూ, భిన్న గ్రామాలవారి మధ్య జరిగే ఉమ్మడి సమావేశాలలోనూ జరుగుతూ ఉంటుంది. పిల్లను ఎత్తుకుపోవడంలో కృతకృత్యుడైన యువపీరుణ్ణి సంఘ పెద్దలు దీవిస్తారు. అయితే — పరిహారంగా కొంత సొమ్ము చెల్లించ మని గాని లేక అందరికీ విందు చెయ్య మని గాని వారు అతణ్ణి ఆదేశిస్తారు.

'బిర్హోర్' జాతి వారిలో ఆడపిల్లే ఒక యువకుణ్ణి వరించి, అతని కిష్టం ఉన్నా లేక

హఠాత్తుగా కోటివ్వరుడైన

అనాథ బాలుడు

ఏరిక్ డేవిడ్ అనే 20 ఏళ్ళ లోపు అనాథ బాలుడికి క్రిందపేడు మార్చి నెలలో ఒక రోజున హాబీవుడ్ (ఫ్లారిడా - అమెరికా) ప్రాంతంలోని రైలుబాట ప్రక్కన చెల్లాచెదరుగా పడి ఉన్న వజ్రాలు పొదిగిన ఆభరణాలనేకం దొరికాయి. సుమారు కోటి రూపాయలు ఖరీదు చేసే ఆ ఆభరణాలను బుద్ధిగా అతడు పోలీసులకు వప్పగించాడు. అయితే 20 నెలలు తిరక్కుండానే పోలీసులు 'ప్రైండ్లర్స్ కీపర్స్ లా' అనే చట్టం క్రింద ఆ ఆభరణాలన్నీ తిరిగి డేవిడ్ స్వాధీనం చేశారు.

“చాలా మంది చూపే కృతజ్ఞత మరి కొన్ని

ఉపకారాలు పొందా అనే రహస్యమైన కోరికకు చిహ్నం!” - లాస్ వెస్ట్ ఫోర్డ్

పోయినా బలాత్కారంగా అతణ్ణి చేపట్టే ఆచారం వాడుకలో ఉంది.

'భిర్' జాతి వారి వివాహం మరీ విచిత్ర



మైంది. పొరుషానికి, స్వతంత్ర ప్రవృత్తికి పేరు మోపిన వారు భిల్లులు. హోలీ పండుగ సందర్భంలో కన్నె పడుచులు ఒక చెట్టుచుట్టూ వలయంగా నిలబడతారు. యువకులు వారి చుట్టూ మరో వలయంగా నుంచుంటారు. ఈ

5 ఏళ్ళు పరుసగా టెన్నిస్ చాంపియన్

అయిదేళ్ళు పరుసగా ప్రపంచ టెన్నిస్ ఛాంపియన్ షిప్ గెలిచిన మనత బ్లోర్స్ జోర్జ్ దక్కింది. 1978 నుంచి 1979 వరకూ పరుసగా ఆయనే ప్రపంచ ఛాంపియన్ అయ్యాడు. ఇంతకు ముందు (1880 లలో) ఇలాంటి మనత సాధించిన ఒకే క్రీడాకారుడు లీ రెన్షా:

యువకులలో ఒకడు కన్నె పడుచుల వలయాన్ని చేదించుకొని వెళ్ళి చెట్టు ఎక్కి, చెట్టు కొనను ఉంచిన బెల్లం తిని, అక్కడి కొబ్బరికాయ పగులగొట్టాలి. కాని అలా ప్రయత్నించే వ్యక్తిని ఆ కన్నెపడుచులు అడ్డగిస్తారు. అతని వస్త్రాలు చింపి, జుట్టు పీకి చీపురు కట్టలతో కొడతారు. అయితే ఇదంతా ఒక సరాగంగానే జరుగుతుంది. చివరికి పోరాడు కొన్న ఆ ఇంటకు జరిగే వివాహంతో సంతోషంగానే ఆ తంతు పూరి అవుతుంది.

(88 వ పేజీ తరువాయి)

నవంబర్ 1978 పెద్దెంబరు 20 న భిల్లీజీన్ కింగ్ చేతిలో బాబీ రిగ్స్ ఓడిపోయిన టెన్నిస్ పోటీయే మిక్కిలి పెద్ద ప్రేక్షకుల గుంపును ఆకర్షించిన పోటీ:

టెన్నిస్ ఆటకు అంకురార్పణ:

1050 లో ఫ్రాన్స్ లోని 39 స్తవ మఠాలలో (monasteries) టెన్నిస్ ఆట మొదట ఆరంభం అయింది.

నేటి అగ్నిపుల్లను కనిపెట్టింది ఎవరు?

1855 లో జె. ఇ. లండన్ నేడు మనం వాడుక చేసే ప్రమాదరహిత మైన అగ్నిపుల్లలు మొదట తయారు చేశాడు.

ఐక్యరాజ్య సమితి బడ్జెట్ కి అమెరికా విరాళం:

ఐక్యరాజ్య సమితి బడ్జెట్ మొత్తంలో 25 శాతం అమెరికా విరాళంగా ఇస్తుంది.

“అందని ద్రాక్ష పళ్ళు పులుపు!”

-ఈసవ్ కథలు

నమ్మలేని నాజనాలు

**‘రాబట్’ మర మను
ప్యాలపై కూడా పన్ను:**

జపాన్ లో వివిధ కార్యాలు నిర్వహించే రాబట్ మర మనుష్యుల సంఖ్య నానాటికీ పెరుగుతుంది. అది మానవ కోమిటో పార్టీ ఆ మర మనుష్యుల నుంచి కూడా ప్రభుత్వం పన్ను వసూలు చెయ్యాలని ఒక తీర్మానం ప్రతిపాదించింది. ఔను ఊరి: కార్మికులు తమ సంపాదన మీద ఆదాయపు పన్ను చెల్లిస్తున్నప్పుడు వారి స్థానే పని చేసే ‘రాబట్’ల మాత్రం చెల్లించ వద్దా?

**ఉపాధ్యాయుల
కాపీ చేసే....?**

మద్రైడ్ కామరాట్ యూనివర్సిటీ తాలూకు కరెస్పాండెన్స్ కోర్స్ డిగ్రీ పరీక్ష వ్రాస్తూ వేలూరు కేంద్రంలో ముగ్గురు మహిళలతో సహా 25 మంది ఉపాధ్యాయులు కాపీ చేస్తూ పట్టుబడ్డారు.

అహారం అవసరం లేని వనిత:

మహారాష్ట్రలోని ఉస్మానాబాద్ జిల్లా లోని 22 ఏళ్ళ చతురాబాయ్ తోబారే అనే గ్రామీణ యువతి పుట్టిన నాటినుంచీ ఎన్నడూ

అహారం తినలేదు. కేవలం పాలు లేవి తేసీరు బెల్లం వేసుకుని రోజుకి 4 లీటర్లు త్రాగుతుంది. ఎలాంటి అనారోగ్యం లేకుండా, నిశేపంగా ఆమె తన ఇంటి పనులు చక్క బెట్టుకుంటుంది.

**ఇండియాలో పట్టుబడిన
మిక్కిలి పెద్ద ‘షార్క్’ చేప**



ఇటీవల కేరళ తీరంలో అక్కోర్డ్ వద్ద ఇండియా ప్రభుత్వం వారి ‘ఎక్స్ ప్లోరేటరీ ఫిషి రింగ్ ప్రోజెక్ట్’ తాలూకు ‘మత్స్య సుగంధి’ అనే నౌకనుంచి మిక్కిలి పెద్ద షార్క్ చేపను పట్టారు. దీని పొడవు 312 సెం.మీ. లు; బరువు 235 కి.గ్రా. లు.

“కృతజ్ఞత ప్రదర్శించ వలసిందే కాని,
దాన్ని డిమాండ్ చేసే హక్కు ఎవరికీ లేదు.”

—రూసో

విచారణ జరుగకుండానే 37 ఏళ్ళు జైల్లో ఉన్న ఖైదీ!

బ్రిటిష్ పరిపాలన నాటినుంచీ 'అండర్ ట్రయల్' (విచారణ పూర్తి కాని) ఖైదీగా ఉన్న బోకా తాకూర్ 37 ఏళ్ళ అనంతరం పాట్నా హైకోర్టు తీర్పు ననుసరించి ఇటీవల చదుబాటి జిల్లా సెంట్రల్ జైల్ నుంచి విడుదల అయ్యాడు. 1945 జూలై 15 న అరెస్ట్ అయిన తాకూర్ కొన్నేళ్ళు జైల్లోనూ, మరి కొన్నేళ్ళు పిచ్చాసుపత్రిలోనూ గడిపాడు.

ఇంటిని అక్షరాలా రెండు ముక్కలుగా కోసిన ఘనుడు:

న్యూజిల్లాండ్ లోని యూజిని స్నైడర్ 1978 జూలై నెలలో తన భార్య తనతో విడాకులకు దావా తెచ్చిన సందర్భంలో 80,000 డాలర్లు ఖరీదు చేసే తమ చెక్క ఇంటిని 'గొలుసు రంపం' (chain-saw) తో మధ్యకు రెండు ముక్కలుగా కోసి వేశాడు.

'సుజుకీ' వంశీయులనే ఎక్కించుకునే రైలు:

జపాన్ లో వాకయామా మండలంలో ఒక రైలు కేవలం 'సుజుకీ' వంశీయులనే ఎక్కించుకుంటుంది. జపాన్ ప్రధానీ, మేయర్ ఇద్దరూ 'సుజుకీ' వంశీయులు. ఆ వంశీయుల కుటుంబాలు జపాన్ లో సుమారు 20 లక్షల దాకా ఉన్నాయి. వారి కోసం ప్రత్యేకించ బడ్డ రైలు అది.

మూడు రోజులలో రెండు సార్లు మరణం:

70 ఏళ్ళ అంజాద్ ఖాన్ ని లక్నోలోని ఖాల్ రామ్ పూర్ ఆసుపత్రిలో చేర్చారు. ఆ చదునాడు డాక్టర్లు ఆయన పనిపోయాడనీ, ఇంటికి తీసుకు వెళ్ళ మనీ చెప్పారు. ఇంటికి తీసుకు వెళ్ళిన తరువాత ఆయన సజీవంగా ఉండడం చూసి మళ్ళీ ఆయనను ఆసుపత్రిలో చేర్చారు. ఆ తరువాత 3 రోజులకు రెండోసారి నిజంగా ఆయన మరణించాడు.

మ్యూజియంలో చోటు ఎద్దడి:

కలకత్తా మ్యూజియంలో చోటు ఎద్దడి వల్ల క్రీ.పూ. 31,000 నుంచి 18 వ శతాబ్ది దాకా వివిధ కాలాలకు చెందిన ఒక లక్ష అమూల్యమైన ప్రాచీన వస్తువులను ప్రదర్శించే అవకాశం లేకుండా పోతుంది. అక్కడ ఉన్న అమూల్యమైన వస్తువులలో కేవలం 10 శాతం మాత్రమే ఆ మ్యూజియంలో ప్రస్తుతం ప్రదర్శించ బడుతున్నాయి.

గాలిలో ఎగిరిన

తొలి సాహసులు

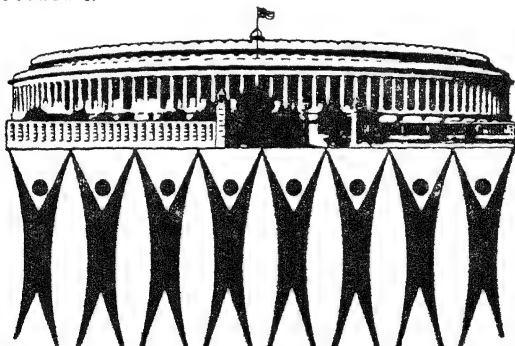
1783 లో ఇద్దరు ఫ్రెంచ్ వారు—పిలాటర్ డి రోజీర్, మార్క్విస్ డి ఆర్లండిన్—వేడిగాలితో నింపిన బెలూన్ సాయంతో కొలిసారి గాలిలో ఎగుర గలిగారు. సుమారు 1,000 మీటర్ల ఎత్తు దాకా వారు వెళ్ళారు.

ఈ 34వ

రిపబ్లిక్ దినోత్సవ

సందర్భంగా

- సాధించిన లాభాలను పటిష్టం
గావించుకునేందుకు
- వృధా ఖర్చులను విడనాడి
నిరాదంబరంగా ఉండేందుకు
- దేశ నిర్మాణ కృషిలో సమర్పితమవు
అయ్యేందుకు
- సహకారమవసరమైన
ప్రతి పిలుపుకు బదులు
- సాధ్యమైన నర్తన సంపదలను
పలికి బారాన్ని పంచుకునేందుకు
- సమీకరించేందుకు



మనలను బలహీన పరచడానికి ప్రయత్నిస్తున్న
నర్తన శక్తుల పట్ల జాగరూకత వహించేందుకు

నేటి, రేపటి సవాళ్ళను

ఎదుర్కోడానికి సంసిద్ధంగా ఉండేందుకు

ప్రతిజ్ఞ పూనుదాము

చమత్కారంగా మాట్లాడడం

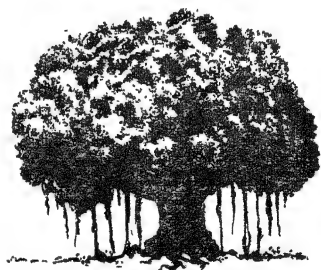
ప్రొ|| కె. ఆర్. బాలన్

ఇది నిజంగా జరిగిన కథ. తమిళనాడులోని తంజావూరు రాజ్యాన్ని కొన్నాళ్ళు 'శరోప్పి జీలు' (మహారాష్ట్రీలు) పాలించారు. 1900 వ సంవత్సరంలో పుణ్య పురుషుల రెండరో ఉన్నట్టుండి ఒక్కసారిగా ఆ నగరానికి విచ్చేళారు. ఆ సమయంలోనే కరపాత్ర భువా అనే సుప్రసిద్ధ యోగి ఒకరు తంజావూరు సమీప గ్రామంలో విడిది చేసి ఉన్నారు. తంజావూరు ప్రముఖ పౌరులలో ఒకరైన రుద్రశాస్త్రి తనవంటి భక్తులను మరి కొందరిని చేర్చుకుని తంజావూరు విచ్చేసిన మహా నీయుల ఆలనా, పాలనా చూస్తూ ఉండేవారు. ఒక రోజున తంజావూరులో ఒకటి రెండు రోజులు విడిది చేసి అక్కడి వివిధ దేవాలయాలను సందర్శించా లనుకుంటున్నా నని కరపాత్ర భువా నుంచి ఆయనకు కబురు వచ్చింది. రుద్రశాస్త్రికి ఏమి చేయడానికి పాలు పోలేమి. ఒక్క ఊణం మనస్సులో భగవంతుణ్ణి ధ్యానించి తన మిత్రులతో సహా కరపాత్రభువా సందర్శనానికి బయలుదేరారు.

భక్తి ప్రసక్తులతో ఆ యోగికి నమస్కారం చేసి, అంచులదాకా నిండుగా ఉన్న ఒక పాలకప్పను రుద్రశాస్త్రి ఆయన ముందు ఉంచారు. ఇంకొక్క పాలచుక్క వేసినా పొరి పోయేట్టు ఉన్న ఆ కప్ప ద్వారా తంజావూరు నగరం పుణ్య పురుషులతో పూర్తిగా

నిండి ఉన్న దనీ, మరి ఒక్క స్వామిజీకి కూడా అక్కడ ఎలాంటి అవకాశం లేదనీ కరపాత్ర దువాకు వ్యంగ్యంగా సూచించడం రుద్రశాస్త్రి ఆశయం. ఆ రోజులలో స్వామిజీలు గృహస్థుల ఇండ్లకు అతిథులుగా వచ్చేవారు కారు. వారి పూజా పురస్కారాలకు ప్రత్యేకంగా బనలు ఏర్పాటుచేయవలసివచ్చేది.

పైనిక శిబిరంగా ఉపయోగించిన మురిచెట్టు



ఇండియాలో మురిచెట్టు 320 ఊడల దాకా దింపి, దాదాపు 2,000 చ.అల మేర వ్యాపించగలవు. అలెగ్జాండరు తన 7,000 మంది సైనికులకూ అలాంటి ఒక పెద్ద మురిచెట్టునే సైనిక శిబిరంగా వాడుకున్నట్టు చరిత్రకులు చెబుతున్నారు.

“బలం ఉండడం గొప్ప కాదు; దానిని సక్రమంగా

వినియోగించడమే గొప్పతనం!”

— హెచ్. డబ్ల్యు. బీచర్

సూక్ష్మంగా, అతి మర్యాదగా రుద్రశాస్త్రి సూచించిన ఇబ్బందిని ఆ యోగి గ్రహించారు. వెను వెంటనే ఒక్క క్షణం కూడా ఆలోచించకుండా ఒక గులాబీరేకును ఆయన ఆ కప్పులో పడవేశారు. అది ఆ పాలమీద తేలుతూంది. ఆ కప్పును రుద్రశాస్త్రికి ఇచ్చారు. మరో పాలమక్కకు కూడా ఆ కప్పులో అవకాశం లేకపోయినా, ఒక గులాబీ రేకు దాని మీద తేలగలిగినట్లుగానే ఎంతగా మహాత్ములతో నిండి ఉన్నా, తనకు కూడా తంజావూరులో అవకాశం ఉండక పోదని ఆ యోగి ఆ చర్య ద్వారా రుద్ర శాస్త్రికి తెలిపారు.

త్వరలోనే శర్వాక్షి మహారాజ్ కి ఆయన రాకను గూర్చి కబురు వెళ్ళడం, కరపాత్ర భువాకు తగిన బస ఏర్పాటు చేసి నగర సరిహద్దులలో స్వామీజీకి స్వాగతం చెప్పి తోడ్కొని వచ్చేందుకు తన అమాత్యులలో ఒకరిని ఆయన నియోగించడం జరిగింది.

నర్మ గర్భంగా, చమత్కారంగా అభిప్రాయాన్ని ప్రకటించే పద్ధతికి అద్భుతమైన దృష్టాంతం ఇది. ఇలా చిత్రంగా వ్యంగ్య రోరణితో భావ ప్రకటన చేసుకునే పన్ని వేళాలు ఇండియాలోనే ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. మాట తనకు శక్తి ఉన్న అర్థాన్ని మాత్రమే బోధించగలదు, అందుకే మాటల ఎన్నికలో జాగరూకత వహించడం, తూచి తూచి మాట్లాడడం అవసరం.

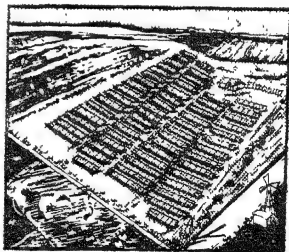
ఇలాంటిదే మరో అద్భుతమైన పన్ని వేళం చెబుతాను:

కీ రి శేషుడె న అమెరికన్ అధ్యక్షుడు

కెన్నెడీ అణ్ణుత్త విషేధాన్ని గూర్చి, ప్రపంచంలో శాంతి సాధనను గూర్చి చర్చించడానికి సుప్రసిద్ధులైన భారతీయ మేధావి రాజాజీని ఆహ్వానించారు. వైట్ హౌస్ లో మూడు గంటల పైచిలుకు ఇద్దరి మధ్యా చర్చలు జరిగాయి. చర్చల అనంతరం గురువు వెంట వచ్చే విద్యార్థి లాగ కెన్నెడీ రాజాజీ వెంట క్రిందికి దిగి వచ్చారు. ప్రపంచంలో వివిధ దేశాల నుంచి వచ్చిన పత్రికా విలేఖకులు వారి రాక కోసం అదుర్దాగా ఎదురు చూస్తున్నారు. వారిలో చురు

(మిగతా 45 వ పేజీలో)

యూరప్ లోని మిక్కిలి పెద్ద సౌర విద్యుత్ కేంద్రం



'నార్త్ సీ' లోని ద్వీపం 'పెల్ వర్క్స్'లో నిర్మిస్తున్న యూరప్ అంతటిలోకి పెద్ద సౌర విద్యుత్ కేంద్రం త్వరలోనే పని చేయడం ఆరంభిస్తుంది. 300 కిలోవాట్ల విద్యుత్తుకి అక్కడ ఉత్పత్తి కాగలదు.

“గొప్పదనం కోరే వాడు సత్యాన్ని అన్వేషించాలి;

అప్పుడు రెండూ అతనికి లభిస్తాయి!”

— హెచ్. మన్

బహుమతి పొందిన వ్యాసం

వినోద యాత్రలు

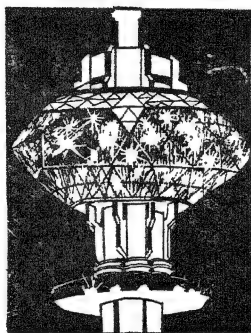
వి. పి. నర్సింహారెడ్డి, గుంటూరు.

మన దైనందిన కార్యకలాపాల నుంచీ, యాంత్రిక జీవనం నుంచీ దూరంగా వెళ్లి స్వేచ్ఛగా, ఆనందంగా గడవడమే వినోద యాత్రల ప్రధాన లక్ష్యం. ప్రయాణ సౌకర్యాలు ఎక్కువగా లేని వెనుకటి రోజుల్లో ఎక్కడి వారక్కడే తీరిక సమయాలలో వినోద కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటూ ఉండే వారు.

నేడు వినోద యాత్రలపట్ల ప్రజలలో ఆసక్తి పెరిగి తమ తమ దేశాలలోని వివిధ ప్రాంతాలను సందర్శించడమే గాక, విదేశాలకు కూడా వినోద యాత్రలు చేస్తున్నారు. విభిన్న ప్రాంతాలలోని ప్రజల ఆచార వ్యవహారాలనూ, జీవన విధానాలనూ గమనిస్తూ లోక జ్ఞానాన్ని పెంపొందించు కుంటున్నారు. ప్రపంచంలోని అన్ని దేశాల ప్రభుత్వాలూ దేశీయ, విదేశీయ యాత్రికుల కోసం ఎన్నో సౌకర్యాలు కల్పిస్తున్నాయి. మన ప్రభుత్వం కూడా ఎంతో డబ్బు ఖర్చు పెట్టి వినోద యాత్రికులను ఆకర్షించే స్థలాలను అభివృద్ధి చేస్తూంది.

వినోద యాత్రల వల్ల చునుష్యులు మరింత

పెద్ద వజ్రంతో మెరిసే
గోపుర స్తంభం



సౌదీ అరేబియా రాజధాని నగర 'రియాద్'లో 173 మీటర్ల ఎత్తున్న పోస్ట్ ఫీస్ గోపురం మీది పెద్ద వజ్రంతో కూడిన స్తంభం ధగధగ మెరుస్తూ చూపరుల దృష్టి ఆకర్షిస్తుంది. పశ్చిమ జర్మన్ కంపెనీల చేత ఇటీవల నిర్మించబడిన డెలివిజన్ సెంటర్ మధ్యలో ఉంది ఈ స్తంభం. 'సీమెన్స్' ఎంక్లౌజర్ కంపెనీ వారు ఆ భవనంలో 22,1 దీపాలు అమర్చారు.

“సంభాషణలలోని మధురోక్తులే
మన మనుగడకు సౌగంధ్యం విస్త్రుతమైంది”

- డి. హెన్రీ

రవుతారు. సంకుచిత భావాలు నశించి గల దృక్పథం కలుగుతుంది. “మానవులంతా ఒకటే, అందరి కష్ట సుఖాలూ ఒకటే!” అన్న భావం ఏర్పడి విశ్వమానవ యన్నకు అంతా దీక్షతో కృషి చేస్తారు.

వినోద యాత్రల వల్ల జీవితంలో బుద్ధి, ఒంటరితనం పోయి యాంత్రికతనం వల్ల కలిగే విసుగు, చిరాకు తగ్గినో వికాసం కలుగుతుంది. మళ్ళీ ద్విగుణితోత్సాహంతో తమ దైనిందిన కార్యకలాపాల్లో వారు పాల్గొనగలుగుతారు. తాము కూసనండాకాలు కాదనీ, తమ జీవిత లక్ష్యం స్వర్గాన్ని సాధించడం కాదనీ, ప్రతి వ్యక్తికీ విరాట్ పురుషుడు లాంటి వాడనీ గుర్తిస్తారు. వినోద యాత్రలను ప్రోత్సహించడం సామాజిక సామరస్యంతో సుఖ శాంతుతో విరాజిల్లడానికి దోహదం చేస్తుంది.

మ. వి. సుబ్రహ్మణ్యం,
యల్ పాడు, చిత్తూరు జిల్లా.

మానవీక ఆరోగ్యానికి, ఉల్లాసానికి రోదయాత్రలు ఎంతైనా అవసరం. అయితే మన వినోదయాత్రలు ధనవంతుల విలాసానికి పరిమితమై పోవడం శోచనీయం. మధ్య గతి మానవునికి వినోద యాత్ర అంటే హాంకర యానమే! సినిమా చూడాలనే రికనే నెల జీతం వచ్చేవరకూ వాయిదా పుకోవలసి వచ్చే సామాన్య జనులకు రోదయాత్ర మూట తలుచుకుంటేనే విషాదం కలుగుతుంది.

సంవత్సరానికి ఒక్కసారి కాశ్మీరు, కన్యా

కుమారి కాకపోయినా చుట్టుపక్కల ఉన్న చరిత్రాత్మక స్థలాలకైనా వెళ్ళిరావడం అవసరం. విద్యార్థిదశలో పెద్దవాళ్ళను ఎలాగో ఒప్పించి ఎక్స్ కర్షన్ పేరుతో తిరిగి వచ్చిన యాత్రల తాలూకు స్వృతులతోనే జీవితం అంతా గడపవలసి వస్తుంది. లేదా పెళ్ళి న క్రొత్తల్లో ఆత్మవారివి ఏడిపించి ఒక హుసీ మూన్ ట్రిప్ వేస్తే ఆ విలాస యాత్రనే

ఏటా అమెరికన్ అధ్యక్షుడు పంపే తరాలు



అమెరికన్ అధ్యక్షుడు రోనాల్డ్ రీగన్ ఏటా 99,000 ఉత్తరాల మీద సంతకాలు చేస్తారు. రోజూ ఆయన అందుకునే ఉత్తరాలు సుమారు 15,000. ఆయన కరెస్పాండెన్స విభాగంలో సుమారు 50 మంది పని చేస్తున్నారు. అధ్యక్షుడు స్వయంగా వ్రాసే ఉత్తరాలు ఏటా 1,000 దాకా ఉంటాయి.

‘ఇతరులు మనల్ని చూపినట్టు మనల్ని మనం చూసుకోవాలి!’ — ఆర్. కె. కరంజియా

వినోద యాత్రగా సరిపెట్టుకోడం జరుగు తుంది.

వినోద యాత్రలు అందరికీ అందు బాటులో ఉండాలంటే పెరిగిన రైలు ఛార్జీలు తగ్గాలి. తక్కువ ఛార్జీలకు బైరాగి బీకెట్ల లాంటివి ఇవ్వాలి. ఇలాంటి యాత్రలకు ఆఫీసుల వారు అడ్వాన్స్ ఇవ్వాలి. యాత్రా స్థలాలలో చౌకగా గృహవసతి, తిండి సౌకర్యం లభించేట్లు చూడాలి.

* * *

కె. శేషావతారం,

బెల్లంపల్లి, (ఆదిలాబాద్ జిల్లా)

నిత్య జీవితంలో ప్రతి వ్యక్తి ఏవో సంసారపు చిక్కులు ఎదుర్కొంటూ, మన స్సుకు విశ్రాంతి లేకుండా బాధ పడుతూ ఉంటాడు. సాధారణంగా అలాంటి వారికి సెలవు రోజులూ, పండుగ రోజులూ మాత్రమే

(42 వ పేజీ తరువాయి)

తైన ఒక విలేజ్ కుడు అమిత గౌరవంతో రాజాజీని సమీపించి, “ఫలప్రదం అయాయా సార్?” అని ప్రశ్నించాడు. తడుముకోకుండా వెంటనే రాజాజీ తన విశిష్ట ధోరణిలో ఇలా అన్నారు. “పుష్పప్రదం అయాయానాయనా!” అంత వ్యంగ్యంగానూ, ఇమిడికగానూ తన భావాన్ని ప్రకటించడం ఒక్క రాజాజీకే చెల్లును!

ప్రయత్నిస్తే - మన దేశంలోని మహా నీయులైన శ్రీ. పురుషుల జీవితాల నుంచి ఇలాంటి చమత్కార భరిత మైన సన్ని వేశాల నెన్నిటినో మనం సేకరించవచ్చు.

కొంత విశ్రాంతిని చేకూరుస్తాయి. వా రోజులు తీరిక లేకుండా పని చేసి విసు చెందిన వ్యక్తి ఆ వాతావరణానికి దూరం తోట విందులూ మొదలైనవి చేసుకుంట ఉండడం అవసరం. వారంతాలో జరు కునే ఇలాంటి పిక్నిక్ లను కూడా వినో యాత్రలుగానే పరిగణించవచ్చును

ద. భారత దేశంలో సీలగిరి ఉ మండలం, మహాబలిపురం, తిరుపతి. నా రున సాగర్ వంటి సుప్రసిద్ధ విదోద యా స్థలాలు ఎన్నో ఉన్నాయి. ఈ స్థలాల స ర్వనం వల్ల వినోదంతోపాటు మనకు విజ్ఞా కూడా లభించగలదు

మోటార్ సైకిల్ పీట్!



క్రిస్ బ్రౌమ్ హామ్ అనే 28 ఏళ్ళ యువకు బ్రిటన్ లోని ‘బ్రౌమ్ లీ’లో ఇటీవల తన ‘4 సిసి మోటో-గ్రోప్’ మోటార్ సైకిల్ పీ గాలిలో సైకిల్ లేచి, వరుసగా నిలబడి 68 రిడబుల్ డెకర్ బస్సులమీదుగా 58. మీటర్ల దూరం లంఘించాడు.

“తలలు బోదులైన తలపులు బోదులా?”

— సేనుస

సజ్జాల-సదర్శనాలు

సిండియా రక్షణ
వ్యయం పెరుగుదల:

1982-83 బడ్జెట్ అంచనాలను అనుసరించి ఇండియా రక్షణ శాఖలో 4 రోజుల పాటు గంటలకో అయే వ్యయం ఒక ఏడాదిలో సైన్యానికి నిర్మాణం క్రింద అవుతున్న వ్యయంతో మానం:

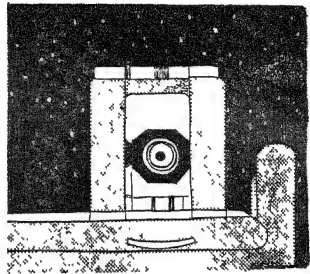
సిండియాలో బాల కార్మికులు:

అభివృద్ధి చెందిన దేశాలలో యుక్త వయస్సు రాని పిల్లలలో కేవలం 3 శాతమే పనిగా ఉంటే, వర్తమాన దేశాలలో నిష్పత్తి 6 శాతం. అయితే—ఇండియాలో మాత్రం బాల కార్మికులు 20 శాతం:

పుష్టికర మైన ఆహారానికి
కోచుకోని అభిగ్రుహాలు:

ఐక్యరాజ్య సమితి తాలూకా నిపుణుల సందం అందజేసిన ఖోగిట్టా నమనరించి ఉన్నాడు ప్రపంచంలో పుష్టికర మైన ఆహారానికి కోచుకోని అభిగ్రుహాలు 60 కోట్ల మంది ఉన్నారు. 150 కోట్ల మందికి వైద్య సదు

ఒకే అద్దం గల మిక్కిలి
పెద్ద టెలిస్కోపు



ఔక్స్ (అమెరికా) లోని 'ది స్టేట్ యూనివర్సిటీ' వారు ఔక్స్ పబ్లిష్ ప్రాంతంలో ఉన్న మేక్ డొనాల్డ్ వేదశాలలో 1989 నాటికి ఒకే అద్దం గల మిక్కిలి పెద్ద టెలిస్కోప్ అమర్చేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. 300 అం.ల కొలత గల ఈ టెలిస్కోప్ మాంట్ పాలమోర్ వద్ద గల 200 అం.ల టెలిస్కోప్ కంటే 2½ రెట్లు ఎక్కువ కాంతిని గ్రహించగలదు. కాంతి శాస్త్రం (optics) లో వచ్చిన ఇటీవలి అభివృద్ధివల్ల అంతకంటే మరింత స్పష్టమైన చిత్రాలను ప్రదర్శించగలదు.

“అందం మన లోపలా లేదు, వెలుపలా లేదు;
పరమాత్మతో మన అనుబంధంలో ఉంది!”

—పాస్కల్

పాయం లేదు. 25 కోట్ల మంది పిల్లలకు విద్యా సౌకర్యం లేదు.

అమెరికా, రష్యా, సోవియేట్లూ అనే మూడు రాజ్యాలలోనే నిక్షిప్తం అయి

వ్యవసాయంలో
విద్యుచ్ఛక్తి వాడకం:

1950 లో 3.9 శాతం

1970 లో 10 శాతం

1981 లో 20 శాతం

ప్రస్తుతం కొన్ని
రాష్ట్రాలలో 40 శాతం

మిక్కిలి ఎక్కువ సర్క్యూ
లేషన్ గల దిన పత్రిక



జనాభా - భూ విస్తీర్ణం:

రష్యాతో సహా 10 రాజ్యాలలో ప్రపంచ జనాభాలోని 62 శాతం మంచి జీవిస్తున్నారు. ఈ 10 రాజ్యాల భూ విస్తీర్ణం 38 శాతం మాత్రమే: రష్యా మినహా తక్కిన 9 రాజ్యాల జనాభా 57 శాతం కాగా, భూ విస్తీర్ణం 25 శాతం:

ఇండియాలో కుష్టు రోగులు:

ఇండియాలో ప్రస్తుతం దాదాపు 40 లక్షల మంది దాకా కుష్టు రోగులు ఉన్నారు. వారిలో సగం మందికి మాత్రమే చికిత్స అందుతుంది.

జనాభా - శక్తి వనరులు:

బొగ్గు, పెట్రోలు, గ్యాస్, విద్యుచ్ఛక్తి వంటి వనరులలో నాలుగో వంతు అమెరికాలో ఉన్నాయి. శక్తి వనరులలో 49.3 శాతం

ప్రపంచంలో మిక్కిలి ఎక్కువ సర్క్యూలేషన్ ఉన్న వార్తా పత్రిక జపాన్ లోని 'యోమ్యూరీ పింబున్'. ఉదయం ఎడిషన్, సాయంత్రం ఎడిషన్ కలిపి ఆ పత్రిక 1.38 కోట్ల కాపీలు ఖర్చవుతుంది. ఇవి కాక, ఇంగ్లీషు ఎడిషన్ 30,000 కాపీలు ఖర్చవుతున్నాయి. అమెరికాలోని 17 పెద్ద దిన పత్రికల మొత్తం సర్క్యూలేషన్ కలిపినా 1874 లో స్థాపించబడిన ఈ పత్రిక సర్క్యూలేషన్ ని మించలేవు. 24 మొదలు 32 పుటల దాకా ఉండే ఈ పత్రికను ముద్రించి, జపాన్ లోని 3.4 కోట్ల కుటుంబాలలోను 38 శాతం కుటుంబాలకు అందజేయడంలో మొత్తం 3,059 మంది పనిచేస్తున్నారు.

‘న్యాయంగా బ్రతికే వ్యక్తి మానం

ఇతరుల వాగ్దాని కంటే ఎక్కువ శక్తి గలది.”

—బ్రూక్స్

ఉన్నాయి. ప్రపంచ జనాభాలో వాటి జనాభా 11.9 శాతం మాత్రమే:

ప్రాథమిక విద్యలో ఇండియా అగ్రస్థానం:

ఇండియాలో ప్రాథమిక పాఠశాలలు 6 లక్షలు ఉన్నాయి. ఈ అంశంలో ప్రపంచంలో ఇండియాదే అగ్రస్థానం. అయితే అక్షరాస్యత శాతం దృష్ట్యా ప్రపంచ రాజ్యాంశంలో ఇండియా 120 వది!

(20 వ శతాబ్ద తరువాయి)

బ్యాండ్‌మీద అదే వాయిస్తున్నారు!

కొత్తగా కోటిళ్ళరుడైన వ్యక్తి ఒక ఖరీదైన రెస్టారెంట్‌కు వెళ్ళాడు. తన అజ్ఞానం ఎవ్వరికీ తెలియనివ్వరాదని జాగ్రత్తగా అతడు వెయిటర్ కి మెనూ కార్డ్ మీద ఒక పంక్తి చూపించి 'నాకు ఇది కావాలి!' అన్నాడు. వెయిటర్: సారీ! బ్యాండు మీద ఇప్పుడు వాళ్ళు అదే వాయిస్తున్నారు సార్!

జడ్జికి, దంత వైద్యుడికీ ఉన్న సామ్యం:

జడ్జికి పూర్తి 'టూత్' (నత్తం) కావాలి. దంత వైద్యుడికి పూర్తి 'టూత్' (పన్ను) కావాలి:

ఇండియన్ కంపెనీలకు విదేశీ కంపెనీలతో అనుబంధం:

1979 నుంచి 1981 వరకూ గల 3 ఏళ్ళలోనూ భారత ప్రభుత్వం 1182 విదేశీ కంపెనీలకు ఇండియన్ కంపెనీలతో అనుబంధాన్ని ఆమోదించింది. ప్రస్తుతం ఇండియన్ కంపెనీలతో సహకరిస్తున్న విదేశాల వివరాలు:

అమెరికా	268	కంపెనీలతో
బ్రిటన్	252	
ప. జర్మనీ	229	
జపాన్	78	
ఫ్రాన్స్	64	
ఇటలీ	59	

హైకోర్టు ఉన్న ఒకే కేంద్రపాలిత రాష్ట్రం



ఇండియాలోని 9 కేంద్రపాలిత రాష్ట్రాలలోనూ ఒక్క 'ఢిల్లీ'కి మాత్రమే ప్రత్యేకంగా హైకోర్టు ఉంది.

“నిజంగా మహావీర్యులైనదగిన వారు ఎంత

ఎక్కువగా ఉంటే ఆ జాతి అంత గొప్పది!”

.సింక్లర్ లీలిస్

ఇలువైన రోహులు

డా॥ ఎన్. కృష్ణమూర్తి



[డా॥ ఎన్. కృష్ణమూర్తి (జనవరి 1933 డిసెంబరు 12) ఆంధ్రా యూనివర్సిటీలో చదివి ఎం.ఎస్.సి, పి.హెచ్.డి పట్టాలు పొందారు. ఇవి కాక లండన్ మొదలైన యూనివర్సిటీల నుంచి ఇంకా ఎన్నో డిగ్రీలు ఆయన సంపాదించారు. ప్రస్తుతం ఆంధ్రా యూనివర్సిటీ ఇంజనీరింగ్ కాలేజీలో ఇంజనీరింగ్ కెమిస్ట్రీ డిపార్ట్‌మెంట్ అధిపతిగా పని చేస్తున్నారు. మొత్తం 80 పైచిలుకు పరిశోధక వ్యాసాను ప్రామాణికమైన వైస్స పత్రికలలో ఆయన ప్రకటించారు.]

బుంగారం, వెండి, ప్లాటినమ్—వీటిని విలువైన రోహులు, లేదా, 'నోబుల్ మెటల్స్' అంటారు. గాలి, నీరు, అమ్లములు ఇతర రసాయనాలు ఈ రోహులలో ఎలాంటి

మార్పునూ తేలేవు కనుక ఇవి విలువైన రోహులుగా ప్రసిద్ధి పొందాయి. ప్రతి దేశానికీ ఈ రోహుల ఉనికి ఆర్థిక సంపదగా పరిగణించబడుతుంది.

ఆతి ప్రాచీన కాలంనుంచీ మానవుణ్ణి ఆకర్షించిందీ, ఇక్కట్లు పాలు చేసిందీ బంగారమే! కొన్ని వేల సంవత్సరాల క్రితమే సువర్ణ, రజతముల ప్రస్తావన మన వేదాల్లోనూ, బైబిల్‌లోనూ కనిపిస్తుంది. క్రీ.శ. 200 నాటికే ఈజిప్ట్ ప్రజలు లిబియా గనుల నుంచి బంగారం తవ్వి తీశారు. పట్టి నుంచి ప్రతి 100 టన్నులకూ $\frac{1}{2}$ గ్రామా, సముద్ర జలం నుంచి ప్రతి టన్నుకీ 0.1 గ్రామా బంగారం లభిస్తుంది. ప్రతి సంవత్సరం ప్రపంచంలో దాదాపు 8 లక్షల కిలోల

బ్రెజిల్ భాషలో వాత్యాయన కామసూత్రాలు

బ్రెజిల్ భాషలో 'వాత్యాయన కామ సూత్రాల' తాలూకు 83 వ ముద్రణ ఇటీవల వెలువడింది. ఇంగ్లీష్ నుంచి బ్రెజిల్ భాషలోకి అనువదిండుకో బడిన ఈ గ్రంథం ఇండియాలో కంటే కూడా బ్రెజిల్‌లో ఎక్కువ ప్రజాదరణ చూరగొన్నదని లాటిన్ అమెరికన్ సంస్కృత సంఘం అధ్యక్షుడు కార్లోస్ ఆల్వేర్నో డా పోస్సెకా అన్నారు.

“ఎక్కువ మందికి ఎక్కువ మేలు కలిగించేది 'మంచి' ;”

—జె. బెంతామ్

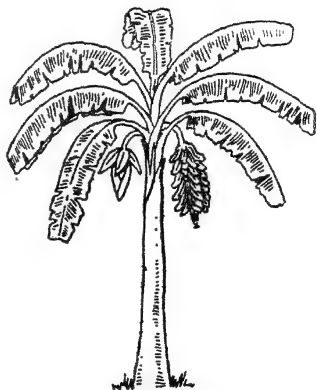
బంగారం ఉత్పత్తి అవుతుంది. దీనిలో 50 శాతం దక్షిణ ఆఫ్రికాలోనూ, 16 శాతం అమెరికాలోనూ లభిస్తుంది. ఇంకా కెనడా, రష్యా, ఆస్ట్రేలియాలో కూడా బంగారం లభిస్తుంది మన దేశంలో లభించే బంగారం 2 శాతం మాత్రమే! బంగారం ఉత్పత్తి చేసే దేశాలలో మన దేశానికి 18వ స్థానం. మన దేశంలో 99.9 శాతం బంగారం కర్నాటక లోని కోలార్ గనుల్లోనే లభ్యమవుతుంది.

స్పష్టిలో గల లోహాన్ని బిలోనూ ఒక్క-బంగారం మాత్రమే స్వతస్సిద్ధమైన లోహంగా లభ్యమవుతుంది. సాధారణంగా బంగారం ఇసుకతోనూ, క్వార్ట్జ్ తోనూ కలసి నదీగర్భాలలోనూ, కొండ చరియలలోనూ దొరుకుతుంది. ఇది కాక వెండి, రాగి, బిస్మత్, సీసం, జింక్ మొదలైన ఖనిజాలతో కలసి కూడా బంగారం లభిస్తుంది. ఇసుక లేక క్వార్ట్జ్ తో కలసి దొరికిన బంగారం పొడిని నీటిలో కడిగి వేరు చేస్తారు. తరువాత దాన్ని పాదరసంతో కలిపి వేడిచేస్తే, బంగారం అడుగున మిగిలి, పాదరసం ఆవిరి అయిపోతుంది. 100 శాతం మేలిమి బంగారాన్ని 24 కేరట్స్ అనీ, కాసుల బంగారాన్ని 22 కేరట్స్ బంగారం అనీ అంటారు. కాసుల బంగారంలో తక్కిన 2 పాళ్లు రాగి చేరుతుంది.

వెండి దక్షిణ అమెరికా, మెక్సికో, కెనడా లలో హెచ్చుగా లభ్యమవుతుంది. స్వల్పంగా బంగారంతో కూడా కలసి లోహరూపంలో దొరికినా, పిల్వర్ నల్ఫేట్, పిల్వర్ క్లారైడ్, రాగి, సీసం, జింక్ ఖనిజాలలోనే హెచ్చుగా ఇది లభిస్తుంది. ప్రపంచంలో దొరికే మొత్తం వెండిలో 50 శాతం ఫ్రాన్స్ గ్రూప్

పరిశ్రమకే వినియోగపడుతుంది. ఖనిజాలను పిల్వర్ పై నేడతో కలిపిన మిశ్రమంలోకి గాలిని పంపి జింక్ ను కలపడంవల్ల జింక్ పిల్వర్ మిశ్రమం వస్తుంది. ఆ మిశ్రమ లోహాన్ని వేడిచేస్తే వెండి మిగిలి, జింక్ ఆవిరి అయిపోతుంది. దీన్ని కూడా బంగారం లాగే శుద్ధిచేస్తారు. మన దేశంలో కోలార్ లోనూ, రాజస్థాన్, బీహార్ రాష్ట్రాలలోనూ వెండి లభిస్తుంది.

అరటి చెట్టు విజ్ఞత



కలపతో కూడిన మొదట్లు లేని చెట్లలో ప్రపంచంలో అరటి చెట్టే పెద్దది. ఇది దాదాపు 30 అ.ల ఎత్తు దాకా ఎదుగుతుంది. అరం భంలో అరటి రకాన్ని బిలోనూ విత్తనాలు ఉండేవి. కాని, కొన్ని వేల ఏళ్ళ పాగు అనంతరం విత్తనాలు పూర్తిగా అంతరించి ఇప్పుడు వేరు భాగం నాటడం వల్లనే కొత్త మొక్కలు మొలుస్తున్నాయి.

“గతాన్ని మార్చడం దేవుడి తరం కూడా కాదు.”

—అగాతన్

ప్లాటినమ్ బంగారం కంటే ఎక్కువ ఖరీదైన లోహం. 1780 లో ఇది మొదట కనుగొనబడింది. బంగారంలో దీన్ని కలుపుతున్నారనే ఆరోపణతో శాన్ పిన్ ప్రభుత్వం ఈ లోహాన్ని నిషేధించి, దానిని సముద్రంలో పారవేయాలని ఆజ్ఞ జారీ చేసింది. ఈ లోహాన్ని 1785 లో ఛార్లెస్ వుడ్ యూరప్ కు తీసుకు వచ్చినట్లు తెలుస్తూంది. అనంతరం రష్యా దక్షిణాఫ్రికాలో ఈ లోహం కనుగొనబడింది. 1876 నాటికి విలువైన లోహంగా దీనికి పరిగణన లభించింది. బంగారం లాగే ఇది ఎక్కువగా సహజరూపంలో లభించినా అక్కడక్కడ ఓస్మిరిడియమ్, పల్మాడియమ్ మిశ్రమాలతో కలిసి కూడా లభిస్తుంది. బంగారం లాగే ఇసుక నుండి నీటితో పేరుచేసి హైడ్రోక్లోరిక్, నైట్రిక్ ఆసిడ్ మిశ్రమమైన ఆక్సా రీజియాతో కలిపి పెర్రస్ సల్ఫేట్, అమ్మోనియం క్లోరైడ్ లతో కరిగించడం వలన ప్లాటినం వస్తుంది.

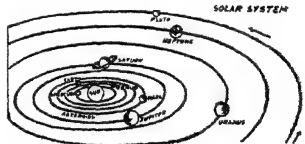
బంగారం వసువు వర్షంగానూ, వెండి, ప్లాటినమ్ తెల్లగానూ ఉంటాయి. బంగారం 1062° సీ, వెండి 960° సీ, ప్లాటినమ్ 1750° సీ ఉష్ణోగ్రతల వద్ద కరుగుతాయి. బంగారం సల్ఫ్యూరిక్, నైట్రిక్ ఆమ్లములతో కలవదు. బంగారాన్ని పరీక్ష చేయడానికి ఆక్సా రీజియాలో కరిగించి దానిని బెంజిన్ ద్రావకంలో వేస్తే నీలం రంగూ, సోడియం హైడ్రాక్సైడ్ లో వేస్తే పసుపు రంగూ వస్తాయి.

బంగారాన్ని ఔషధాలతో వాడుతారు. వెండితో కలిపి బంగారాన్ని అంతరిక్ష

యానాలలోని యంత్రాలకు అపాయకరమైన రేడియేషన్స్ తగులకుండా వాడుతున్నారు. బంగారు వస్తువుల మీద పేరుకొనే గ్రీజ్ మన్ను వేడి నల్లు సీటితోనూ, మెత్తటి బ్రష్ తోనూ కడిగితే పోతుంది లేదా పెరిక్ ఆక్సైడ్ పూత గల పోలిషింగ్ క్లాత్ తో తుడిచినా మెరుగు వస్తుంది.

నాణేలకూ, నగలకూ, వెండి పూతకూ ముదుల్లోకి, మార్కింగ్ ఇంకలకూ, తలకే వేసుకునే రంగుల తయారీకి వెండి ఉపయోగపడుతుంది. సిల్వర్ నైట్రేట్, అమ్మో

సూర్యుని చుట్టూ పూటో గ్రహ పరిభ్రమణం



సౌర కుటుంబంలో సూర్యునికి మిక్కిలూ దూరంగా ఉన్న కక్ష్యలో పరిభ్రమించే చివరి గ్రహం పూటో. 1930 లో దీనిని కనుగొన్నారు. సూర్యుడికి 500 కోట్ల కి.మీ. దూరంగా అది తిరుగుతూంది. ఇది వలస అనుకుంటూ వచ్చినంత పెద్ద గ్రహం కాదు. దాని వ్యాసం 6,000 కి.మీ.లు కాక 3,900 కి.మీ.లు మాత్రమే అని ఇప్పుడు భావిస్తున్నారు. సూర్యుడి చుట్టూ ఒకసారి తిరవాడానికి పూటోకు 248 సం.ల కాలం పడుతుంది.

యమ్ హైడ్రాక్సైడ్, ఫార్మాల్డిన్ల మిశ్రమాన్ని అద్దాలకు పూత పూయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ప్రకాశవంతంగా ఉన్న అల్యూమినియమ్ పాత్రలో ఒక లీటరు నీరు పోసి ఒక చెంచాడు సోడియం బైకార్బనేట్. ఒక చెంచాడు ఉప్పు వేసి దానిలో వెండి వస్తువును ఉంచి మరిగించిన తరువాత మంచినీటితో కడిగి నూలువస్త్రంతో తుడిచే వెండి వస్తువులకు మెరుగు వస్తుంది. వెండికి గంధకంతో కూడిన పదార్థాలు కాని, రబ్బరు గాని తగుల కూడదు.

ప్లాటినముకి మన భాషలో పర్యాయ పదం లేదు. ఇది వెండి వలె గంధకంతో కలిపే నల్లగా అవదు. దీనికి గల విశిష్ట లక్షణం గాజుతో సమంగా వ్యాకోచం చెందడం. అందుచేత గాజుతో ఇది అతుక్కుపోతుంది. ఈ కారణం చేతనే దీన్ని ఎలక్ట్రోడ్స్, సెల్స్ మొదలైన వాటిలో వాడుతున్నారు. సీనిలో ఇరిడియం కలిపితే దీనికి మరింత బట్టి తనం వస్తుంది. ప్లాటినంలో 43 కాతం శుభ్రము కలిపితే వచ్చే మిశ్రమ లోహానికి పంకోద, వ్యాకోచా లండపు. 23 కాతం బార్లై కలిపి స్థిరమైన అయస్కాంతాలు permanent magnets) చేయడానికి, 4 కాతం టంగ్స్టన్ కలిపి స్పార్క్ ప్లేట్స్ ఎలక్ట్రోడ్లు మొదలైనవి తయారు చేయడానికి వాడుతున్నారు.

ప్లాటినముకి మిగతా రెండు లోహాలకన్న ఎక్కువగా ఉష్ణతాపహక శక్తి, విద్యుద్వాహక శక్తి ఉన్నాయి. ఈ లోహాన్ని కట్టుడు పళ్ళు, ట్రాల్లూ, సర్జికల్ పనిముట్లకూ, ఫొటో

గ్రఫీ లోనూ ఎక్కువగా వాడుతున్నారు. వజ్రాన్ని గట్టిగా పట్టి ఉంచే శక్తి ఈ లోహం

వేరుసెనగ గింజల వల్ల ప్రమాదం



లండన్ లోని చారింగ్ క్రాస్ ఆసుపత్రికి చెందిన శిశు వైద్య నిపుణుడు డా. హ్యూజాల్ ఆభిప్రాయం ప్రకారం పిల్లలకు స్వీట్స్ బదులు వేరుసెనగ గింజలు (peanuts) ఇవ్వడం చాలా ప్రమాదకరం. ఒక్కొక్కప్పుడు పొరపాటున అవి ఊపిరి తీత్తులలోకి పోయి తీరని నష్టం కలిగిస్తాయి. చావుకి దారి తీసిన సందర్భాలు కూడా లేకపోలేదు. 1981 లో బ్రిటన్ లో 600 మంది అలాంటి రోగులకు చికిత్స జరిగింది. వారిలో ఎక్కువ మంది పిల్లలు. అలాంటి ప్రమాదాల వల్ల ఆమెరికాలో ఏటా 2,000 మంది పిల్లలు మరణిస్తున్నారు.

“చాలా మందికి ఎప్పుడూ గుర్తుండేవి హక్కులు:

తరచు మరచి పోయేవి బాధ్యతలు.” —జవహర్ లాల్ నెహ్రూ

నికీ ఉంది. అందుకే వజ్రాల నగలకు ప్లాటి నమ్ వాడుతారు. తరుగులేని లోహం అవడం చేత ఖరీదైనా దీన్ని నైట్రిక్ ఆసిడ్, సల్ఫ్యూరిక్ ఆసిడ్, ఫార్మాల్ డిహైడ్ పరి శ్రమలలో సహకారి (catalyst) గా ఉపయో గిస్తున్నారు. ప్లాటినమ్ను శుభ్రపరచా లంటే హైడ్రోక్లోరిక్ ఆసిడ్లోగాని, నైట్రిక్ ఆసిడ్లో గాని వేసి మరిగించి తరువాత మంచినీటితో కడగాలి. దీన్ని ఎప్పుడూ మంటమీద పెట్టకూడదు. మసి సోకితే ఇది దెబ్బ తింటుంది.

(16 వ పేజీ తరువాయి)

మచ్చలమీద పెట్టుండి. అవి మటుమాయం అవుతాయి. ముఖానికి ఖర్చు లేని మంచి టూనిక్ అడుగు మన్ను పట్టి; దానివల్ల రక్త ప్రసారం ఎక్కువై ముఖం కలకల లాడు తుంది. మెడ కండరాలకూ, ముఖంలో కండ రాలకూ వ్యాయామం కలిగించడం వల్ల కూడా ముఖంలో రక్త ప్రసారాన్ని పెంపొందించు కోవచ్చు!

శరీరంలో ఉండే జంతు భాస్వరం ప్రమా జాన్ని బట్టి కూడా చర్మం వన్నె ఏర్పడుతూ ఉంటుంది. సౌందర్య పోషకమైన అద్భుతమైన 'కాక్ ఐయిల్' సానియం ఒకటి ఉంది. పచ్చి కాబేజీ రసం, గోపీచంద్ర రసం, కారట్ దింపల రసం సమ పాళ్ళలో కలిపి రోజూ భోజనానికి అరగంట ముందు పేవించి చూడండి. వచ్చే మార్చు మీకే తెలుస్తుంది. ఏ రంగులూ వేసుకో నక్కర లేకుండానే సహజంగానే బుగ్గలు గులాబి మొగ్గలు అవు తాయి.

నిలువైన లోహాల విశిష్ట ధర్మం అవి ఎన్నడూ తుప్పుపట్టక పోవడం. అందుకే విడి విడిగా గాని, ఇతర లోహాలతో కలిసి గాని వాటిని ఆభరణాలకు వాడుతున్నారు; మూలపదార్థాలన్నిటిలోనూ వీటి కాక ప్రత్యేక స్థానం లభించింది.

బాల మెజీషియన్



ఉడుపి (కర్ణాటక) లోని మెజీషియన్ దంపతులు శ్రీ శంకర్, శ్రీమతి లక్ష్మి శంక ర్ల కుమారుడు 4 ఏళ్ళ వయస్సు గల మాస్టర్ తేజస్వి ఇప్పుడు ప్రపంచం అంత టీలో మిక్కిలి చిన్న వయస్సు మెజీషియన్. 1982 లో కోయంబత్తూరులో జరిగిన అఖిల భారత మెజీషియన్ల మహాసభలో ఈ బాలుడు తన మొదటి ప్రముఖ ప్రదర్శన ఇచ్చాడు. ఆ ఏడాది జూలైలో హావేల్స్ (అమెరికా)లో జరిగిన అంతర్జాతీయ మెజీషియన్ల సభ సందర్భంలో ని. 20 ల ప్రదర్శన ఇచ్చాడు. ఇప్పటికీ మొత్తం 116 ప్రదర్శనలు ఇచ్చాడు. వాటిలో 25 అమెరికాలో;

“అకలి వేసే వాడికి అన్నమే పరబ్రహ్మ!” — గాంధీజీ

12 డి. రవీంద్ర బాబు, 21 సం.లు, వి. టెక్. ఆఫీస్ సంవత్సరం, ఇంజనీరింగ్ హాస్టల్, 245, ఎస్.వి.యూ.సి.ఇ. హాస్టల్, తిరుపతి-517 502.

పుస్తక పతనం, మ్యూజిక్, ఫోటోగ్రఫీ.

13. గడిగట్ల వినోద్, 18 సం. లు, S/o గడిగట్ల జమీందార్, రాజాగారి పీఠి, పెద్దాపురం-533 437.

కలం స్నేహం, పుస్తక పతనం, చిత్ర లేఖనం.

14. కుమరెడ్డి సింహా రెడ్డి, 22 సం.లు, ఫిట్టర్, ఇంటి నెం. 2-2-1105/8 తిలక్ నగర్, న్యూ నల్లకుంట, హైదరాబాద్ - 500 044.

(12 వ శ్రేణి తరువాయి)

ఇంట్లోని ఫ్యాక్సీమిల్ యంత్రంలోనుంచి ఆ ఉత్తరం బయటికి వస్తుంది.

మామూలు టెలిఫోన్ స్టానే వీడియో ఫోన్:

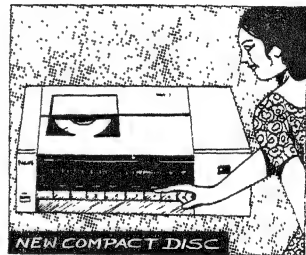
సఖిమ టెలిఫోన్ లోని 'హైనిట్ హెర్డ్జ్ ఇన్ ప్రిట్యూట్ ఆఫ్ టీ.వీ. కమ్యూనికేషన్స్ టెక్నాలజీ'కి చెందిన కాత్తవేత్తల ఊహాపకారం 1990 నాటికి ఇంచుమించు మామూలు టెలిఫోన్ ఖరీదుకే వీడియో టెలిఫోన్ అందుబాటులో ఉండడం జరుగవచ్చు. టెలిఫోన్ లైన్ లకు రాగి తీగల స్థానే అప్లికేట్ పైబర్ వాడుక చెయ్యడం ద్వారా సహజమైన సంభాషణకు అవకాశం ఇచ్చే వీడియో టెలిఫోన్ పద్ధతిని ప. జర్మనీలో ప్రస్తుతం ప్రవేశపెడుతున్నారు.

కవితలు వ్రాయడం, ప్రకృతి ఆరాధన, సినీమాలు చూడడం.

15 యం. శ్యాంసుందర రెడ్డి, 24 సం.లు, జూనియర్ సహాయకుడు, సహాయ వ్యవసాయ సంచాలక కార్యాలయం, విస్తరణ సి.ఏ.డి. పెద్దపల్లి-505 173, కరీంనగర్ జిల్లా.

కలం స్నేహం, రేడియో వినడం.

కలకాలం చెరగిపోని పాట రికార్డు



'ఫోనోగ్రామ్' అనే సంస్థ తమ హానోవర్ (ప. జర్మనీ) ఫ్యాక్టరీలో 'కాంపాక్ట్ డిస్క్ డిజిటల్ ఆడియో' అనే కొత్త రకం రికార్డులను రోజుకు 20,000 లెక్కను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. 'ఈ కాంపాక్ట్ డిస్క్'లో విశేషం రికార్డ్ అయిన సంగీతాన్ని తిరిగి వినిపించడంలో ఉంది. ఒక లేనర్ కిరణం ప్లాస్టిక్ డిస్క్ లోని రేఖలపై ప్రసరించి దాని మీది దృశ్య (పేరణలను ఎలక్ట్రిక్ పేరణలుగా మారుస్తుంది. ఈ రికార్డుకి పాదవడం అంటూ లేదు. ధూళి, గీతలు పడడం, వేలిముద్రలూ దానిని ఏమీ చెయ్యలేవు.

పోటీలు

మార్చి 1984

'ఎన్డమ్' పోటీలలో ఎవరైనా పాల్గొన వచ్చు. ఏ ఎంట్రీ కా ఎంట్రీ విడిగా పావు రావు సైజుకు తగ్గని కాగితం మీద వ్రాయాలి. ప్రతి ఎంట్రీమీదా అడ్రస్సు ఉండాలి. ఒకే కాగితం మీద ఒకటి కంటే ఎక్కువ ఎంట్రీలు వ్రాస్తే పరిశీ లించబడవు. సరియైన, లేదా మేలైన ఎంట్రీలు చాలా ఉంటే లాటరీ వ్యవస్థలో ఎన్నికైన ముగ్గురు విజేతలకు రు. 10 లు, రు. 7 లు, రు. 5 లు ఖరీదు చేసే పుస్తకాలు బహుమతులుగా పంపబడును. విజేతల ఎన్ని కలో సంపాదకునిదే తుది నిర్ణయం. ఎంట్రీలకు 'పోటీ కూపన్' (ఒక ఎంట్రీకి చాలు) అంటించి పంపాలి. ఒక కూపన్తో ఒకేసారి ఎన్ని ఎంట్రీ లయినా పంపవచ్చును. ఎంట్రీలు అందవలసిన ఆఖరు తేదీ: మార్చి 20, 1984. పంపవలసిన చిరునామా: పోటీల నిర్వాహకుడు, తెలుగు "ఎన్డమ్", 9, దేశికా రోడ్డు, మైలాపూరు, మద్రాసు - 600 004.

—సంపాదకుడు.

నాన్యసం

'తిరునాళ, నాడు - నేడు' అనే అంశం

మీద 300 మాటలకు మించకుండా వ్యాసం వాసి వంపండి.

క్విజ్

1. సుప్రీంకోర్ట్ జడ్జికి ఉద్యోగ విరమణ వయస్సెంత? 2. సూర్యునికి మిక్కిలి దగ్గి

యూరప్లో మంచు స్కేటింగ్ చాంపియన్

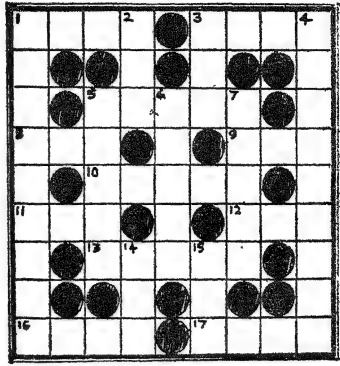


22 ఏళ్ళ నైనికుడు నార్బర్ట్ క్రామ్ దోర్మండ్ (ప. జర్మనీ)లోని వెస్ట్ పాలెన్ హోలేలో జరిగిన స్కేటింగ్ పోటీలలో అత్యధికమైన స్కోరు సాధించి యూరప్ కంకటికీ చాంపియన్ కిరీటం గెలుచు కున్నాడు.

'ప్రేమే దేవుడు: ప్రేమలో జీవించే నాడు దేవునిలో జీవిస్తున్నాడు

—న్యూటన్ మెంటో

రగా ఉన్న గ్రహం ఏది? 3. ఆప్రిల్, ఆస్ట్రేలియా ఖండాల మధ్య ఉన్న మహాసముద్రం ఏది? 4. ఇండియాలో బొగ్గు గనులు ఉన్న రెండు ప్రధాన కేంద్రాలు ఏవి? 5. ప్రపంచంలో నూలు వస్త్రాల ఉత్పత్తిలో అగ్రస్థానంలో ఉన్న దేశం ఏది? 6. 9వ ఆసియా క్రీడోత్సవాలలో పాల్గొన్న ఇండియన్ హాకీ టీమ్ కి కెప్టెన్ ఎవరు? 7. బెజెన్ట్ మరణానంతరం రష్యన్ కమ్యూనిస్ట్ పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎవరు? 8. కందు ఏ ఏ లోహాల మిశ్రమం:



6. అనాది అయిన 'అష్టమి వరకో', 7. గజిబిజి అయిన 'కరాము బిస్సు', 14. రాక్షసు, 15. మామూలు.

చజిల్

అధారాలు-అడ్డం: 1. 'శాస్త్రి' తీపేసి 'శ్రీ' ధరించిన పావని శాస్త్రి, 3. సామాన్లు పెట్టుకునే బెంచీ లాంటి వెనుకటి పరికరం, 5. కృష్ణుని మీద వ్రాసిన 8 శ్లోకాల పుస్తకము, 8. పాతకుడు, 9. ఒక ఇంటి పేరు, 10. తగిన వయస్సు, 11. గోడగ, 12. నరకా దేశం పొందిన పతాక, 13. ముసలి కోరిక, 16. శ్రీకృష్ణ తులాభారం వ్రాసిన కవి ఇంటి పేరు, 17. తుమ్మెదలు ఏ మనవి:

నిలువు: 1. శ్రీ పామగంటి లక్ష్మీ నరసింహారావు వ్రాసిన రామకథతో కూడిన రంగినల నాటకము, 2. శ్రీమంతుడైన కృష్ణుణ్ణి సంబోధించండి. 3. పద్మగడ్డి, 4. తిరుపతి వేంకట కవులలో రెండోకవి పూర్తి పేరు, 5. నాలుగు యుగాలలో మొదటిది,

పాఠకుల అభిప్రాయాలు



"మమతలే ఉంటే

మన మధ్య మతాలు దండగ!"

—యం. లక్ష్మీనారాయణ,
అక్కుపల్లి పోస్టు.

"అనత్యానికి నోరు పెద్దది;

సత్యానికి గుండె గట్టిది-జయస్తుంది!"

—వై. భాగ్యరేఖ, ధర్మవరం.

"ధనం ఈ లోకాన్ని నడిపించే

ఇంధనం!"

—కె. విజయ శ్రీధర్ బాబు, అనంతపురం.

"ప్రేమ ఎప్పుడూ మూల్యం కోరదు; తనని తను అర్పించుకుంటుంది;

బాధలోనే పునీత మవుతుంది. వేదనలకు జంకదు-ప్రతికారం కోరదు" —గాంధీ

తెలివకి చరిత్ర

1. ఆరిక, చారిత్రక, చుత విషయిక, అంగిక, సాంస్కృతిక, రాజకీయ—ఈ వర్గంలో అతకని మాట ఏది? 2. అగారము, వెలిగారము, భండారము, బండారము, నయగారము—వీటిలో ఒక అక్షరం లోపించిన పదం కనుక్కోండి. 3. శ్వేత, పవిత్ర, పుణ్య, శుభ్ర, అకలుష—వీటిలో 'మురికి'కి వ్యతిరేక పదం ఏది? 4. పక్షి—చేన, విమానం—? (పడవ, జలాంతరాహి, ఓడ, తిమింగిలం) 5. పురుషుడు, స్త్రీ ప్రాణ మిత్రులు కాలేరు—నిజమా? కాదా? 7. వృక్షశాస్త్రజ్ఞుడు—చెట్టు, సాంఘిక శాస్త్రజ్ఞుడు—? (స్త్రీ, సంఘం, మతం, రాజకీయాలు); 8. చావు, దశాహం, సదస్యం, ఆదరింపు, శోకం—ఈ వర్గంలో ఇముడని మాట ఏది?

మోటల మహిమ

ఈ క్రింది మాటలకు సరియైన అర్థాన్ని/ అర్థాలను గుర్తించండి:

1. అంకిలి: (ఏ) వంకర, (బి) దొడ కింది కీలు, (సి) సంఖ్య, (డి) ఆవడ.
2. అంకురము: (ఏ) శిశువు, (బి) గడ్డి, (సి) మొలక, (డి) విత్తనము.
3. అంగ: (ఏ) అవయవం, (బి) పెద్ద అడుగు, (సి) చొక్కా, (డి) దేహం.
4. అంగరక్షా: (ఏ) ఒక చెట్టు, (బి) చొక్కా, (సి) అవయవ విశేషం, (డి)

స్తన వల్కులం.

5. అంగారము: (ఏ) బంగారం, (బి) వెండి, (సి) విప్పు, (డి) దొగు.

6. అంగుల (ళ) ము: (ఏ) అడుగు, (బి) వేలు, (సి) పాదరక్ష, (డి) అడుగులో 12 వ భాగం.

7. అంఘ్రి: (ఏ) పాదము, (బి) శూద్రుడు, (సి) చెట్టు వేరు, (డి) కార్చి దొటన వేలు.

8. అంజలి: (ఏ) కామర పువ్వు, (బి) హనుమంతుని తల్లి, (సి) కై మోడ్చు, (డి) ఒక తెలుగు సినీకార.

వి న్ డ మ్

పోటీల కూపను

మార్చి 1984

ముఖచిత్ర వ్యాఖ్య

★

“ఇప్పుడు ఇద్దరమే:

మూడో ఏడాది

ముగ్గురం వస్తాం!”

—మట్టా అప్పలస్వామి, దేవాది పోస్టు

“అమ్మాయిలూ! మీ రెంత అలంకరిండ్ల కొన్నా వరకట్నం తప్పదు!”

—కే. గోపాలకృష్ణ, పాలవంచ

“వేషాలు మాత్రమే ఒక్క తీరు

రూపాలు ఇద్దరినీ వేరు వేరు!”

—కే. అనసూయ, హైదరాబాద్

“విడదీసే ప్రతిదీ చెడ్డదే; ఏకంచేసే ప్రతిదీ మంచిదే!” —జనహర్ లాల్ గెహ్రూ

మూలచిత్ర వ్యాఖ్య

ఆరు మాటలకు మించకుండా ఈ సంచిక ముఖచిత్రానికి తగిన శీర్షిక వ్రాసి పంపండి.

పాఠశాల అభివృద్ధి

దైనందిన జీవితంలో మీకు ఎదురయ్యే ఏ సంఘటనను గురించి అయిన ఒకటి, రెండు వాక్యాల్లో చమత్కారమైన వ్యాఖ్య వ్రాసి పంపండి. ఉత్తమ వ్యాఖ్యకు రు. 5 లాభింప చేసే పుస్తకం బహుమతి:

సాగిపోయే ?

“ఇండియా ప్రధాని అయితే?”

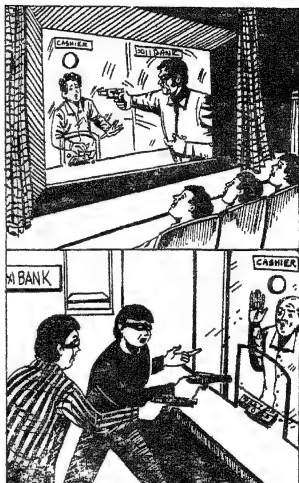
(8 వ శ్రేణి తరువాయి)

బలం క్రమంగా జీణిస్తూ వచ్చే ఆ కథలు ప్రబల నిదర్శనాలు.

రాబర్ట్ లూయీ స్టీవెన్సన్ అన్న ఈ క్రింది మాటలు నిజానికి ప్రతి వ్యక్తి హృదయంలోనూ మెదిలేవే: “యుద్ధం చెయ్యడానికే నేను పుట్టాను. ఈ జీవితం ఒక యుద్ధ రంగం పరిరక్షణానికి ఇక్కడ స్థానం లేదు. జీవించడానికి చెల్లించవలసిన మూల్యం ‘కృషి’ (effort). భౌతిక స్థాయిలో సంఘర్షణ, కృషి అగిపోయిన మరుక్షణం నుంచి సువర్ణ విందుగా జీవించ గలగడం అసంభవం!”

మీరైతే ఏం చేస్తారు: క్లుప్తంగా, చమత్కారంగా ఉండే జవాబు వ్రాయండి.

భావన



8 మాటలకు మించకుండా పైన కవి విస్తున్న రెండు చిత్రాలనూ పరిశీలించి వాటికి వర్తించేట్లు చమత్కారమైన లేదా ఆలోచన రేకెత్తించే శీర్షికను సూచించండి.

‘డిగ్రి’ కాఫీ

తమిళనాడులో ఎక్కువగా వాడే ఈ మాట 30, 40 ఏళ్ళ క్రితం తంజావూరు, తిరుచ్చి జిల్లాలలో పాల చిక్కదనం పరీక్ష చేయడానికి ‘లాక్స్ మీటర్’ వాడుక చేసే రోజులలో పుట్టింది. ఎక్కువ డిగ్రీలో చిక్కదనం ఉన్న పాలతో చేసిన కాఫీ ‘డిగ్రి కాఫీ’ అంటే:

“సత్యానికి సన్మార్గానికి మించిన మతం లేదు” — గాంధీజీ

జాతీయ వార్తలు

చెరకు పిప్పిని వాడే మొదటి న్యూస్ ప్రింట్ పాక్టరీ:

తమిళనాడు ప్రభుత్వం తిరుచిరాపల్లి జిల్లా పుగలూరులో రూ. 200 కోట్ల వ్యయంతో నెలకొల్పిన న్యూస్ ప్రింట్ పాక్టరీ మొట్ట మొదటిసారిగా మన దేశంలో చెరకుపిప్పి (bagasse)ని ముడి సరకుగా వాడుక చేస్తుంది.

ఓదమిదనుంచి రేవుకు ఎలెక్ట్రానిక్ టెలిఫోన్:

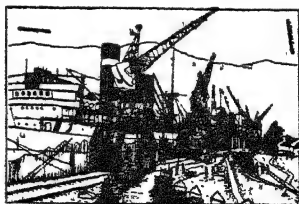
బెంగళూరులోని "డి ఇండియన్ టెలి ఫోన్ ఇండస్ట్రీస్" తీర సమీపంలో లంగరు వేసి ఉన్న ఓడమీద నుంచి రేవుపట్టణంలోని వారితో మాట్లాడడానికి వీలైన 'నెపాక్స్ - 100' (NEPAX - 100) అనే ఎలెక్ట్రానిక్ టెలిఫోన్ ఎక్స్‌చేంజ్ ఒకటి తయారు చేసింది. లంగరు వేసి ఉన్న ఓడ మీది 100 మంది సబ్‌స్క్రిబర్ లకు రేవు పట్టణంలోని టెలిఫోన్ ఎక్స్‌చేంజ్‌లతో దీనివల్ల కనెక్షన్ లభించగలదు.

మరో ఆరు ఎరువుల పాక్టరీలు:

మొత్తం రూ. 5,600 కోట్ల వ్యయంతో మరో ఆరు ఎరువుల పాక్టరీలు మన దేశంలో

నిర్మించబోతున్నారు. మధ్య ప్రదేశ్‌లోని గుణా, రాజస్థాన్‌లోని సవాయ్ షిఫోపూర్, ఉ. ప్రదేశ్‌లోని ఆవోన్‌లా, బాబ్రాగా, షహా జహాన్‌పూర్, జగద్గఢ్ పూర్లలో నిర్మించ నున్న ఈ 6 పాక్టరీలూ కలిపి రోజుకి 8.100 టన్నుల అమ్మోనియాను ఉత్పత్తి చేయ గలవు. ప్రస్తుతం ప్రభుత్వ రంగంలో 28, ప్రజారంగంలో 15, సహకార రంగంలో 31 ఎరువుల పాక్టరీలు దేశంలో పనిచేస్తున్నాయి.

పెద్ద ఓడ రేవులలో రవాణా పెరుగుదల



పెద్ద ఓడ రేవులలో 1980-81లో సరు కుల రవాణా 813.1 కోట్ల టన్నులు కాగా, 1981-82లో అది 874.1 కోట్ల టన్నులకు పెరిగింది. 1982-83 ఇదివర కెన్నడూ ఎరు గని స్థాయికి పెరిగి 961.1 కోట్ల టన్నులు అయింది.

"మనిషి ఎప్పుడూ తనలోని భావాలకు ప్రతిరూపం"

— గాంధీ

భువనేశ్వర్‌లో రైల్వే వర్క్ షాప్:

రూ. 18 కోట్ల వ్యయంతో రైల్వే పెట్టెలకు మరమ్మత్తులు చేసే వర్క్ షాప్ ఒకటి భువనేశ్వర్ (ఒరిస్సా) లోని మాంబటర్ వద్ద నిర్మిస్తున్నారు. ఇండియాలో ఇంతకు ముందు ఇలాంటి వర్క్ షాప్‌లు రెండే ఉన్నాయి. ఒకటి: ప. బెంగాల్‌లోని ఖరగ్‌పూర్‌లోనూ, మరోటి: మధ్య ప్రదేశ్‌లోని బిలాన్‌పూర్.

మధ్యప్రదేశ్‌లో సున్నపురాయి:

మధ్యప్రదేశ్‌లో ఖనిజాలకోసం తీవ్ర పరిశోధనలు జరుపుతున్న 'భూగర్భ శాస్త్రం గనుల త్రవ్వకం' శాఖవారు 6 జిల్లాలలో 14.80 కోట్ల టన్నుల సున్నపు రాయి లభించే గనులు ఉన్నట్టు కనుగొన్నారు.

44,209 హెక్టార్‌లలో అడవుల పెంపకం:

ఎడారి ప్రాంతాల అభివృద్ధి కార్యక్రమం క్రింద ఇప్పటికే దేశంలోని 18 జిల్లాలలో 44,209 హెక్టార్‌లలో అడవులు నాటారు. రాజస్థాన్‌లో 11 జిల్లాలలోనూ, హర్యానాలో 4 జిల్లాలలోనూ, గుజరాత్‌లో 3 జిల్లాలలోనూ మాత్రమే కాక, పలి ఎడారి ప్రాంతాల్లో ఉన్న 'జమ్మూ-కాశ్మీర్' రాష్ట్రంలో 2 జిల్లాలలోనూ, హిమాచల్ ప్రదేశ్‌లో ఒక జిల్లాలోనూ కూడా ఈ కార్యక్రమం కొనసాగిస్తున్నారు.

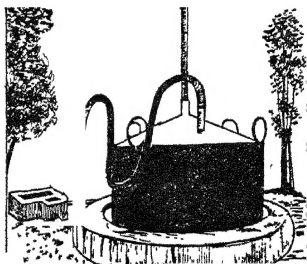
* * *

వైద్యంలో పరమాణుశక్తి ఉపయోగాలు:

'అటమిక్ ఎనర్జీ కమిషన్' ఛైర్మన్ డా॥ హోమీ సెత్తా అభిప్రాయం ప్రకారం వర్తమాన దేశాలలో వైద్య రంగంలో పరమాణుశక్తి కీలక పాత్ర నిర్వహించగలదు. దీని వాడకం వల్ల రోగి అనుప్రతిలో ఉండవలసిన రోజులను తగ్గించవచ్చు. రోగ నిదానంలోనూ, చికిత్సలోనూ కూడా పరమాణుశక్తి వాడకం

(మిగతా 64 వ పేజీలో)

ఇండియాలో పల్లెలకు వరప్రసాదం బయోగాస్



18 కోట్ల పశువులూ, 6.1 కోట్ల బలరెండా ఉన్న ఇండియా ఈ విషయంలో ప్రపంచంలో ప్రథమ స్థానంలో ఉంది. నగటున అవి ఏటా 30/40 కోట్ల టన్నుల పేద వేస్తాయి. ఈ పేద అంతటినీ పద్మియోగాం చేస్తే 7,000 కోట్ల ఘ. మీటర్ల బయోగాస్ ఉత్పత్తి చేయవచ్చు. ఇందువల్ల 18 కోట్ల టన్నుల వంట చెరకు ఆదా అవుతుంది.

“అనంభవాన్ని సాధించాలనుకున్నప్పుడే దేవుడు మనకు గుర్తుపెత్తాడు.”—అల్ బర్క్ కామా

సాహిత్యం (ఫలితాలు)

(జనవరి 1984)

వ్యాసం: మొదటి బహుమతి: వారణాశి
పాపయ్యశాస్త్రి, అయ్యా కోనేరు దక్షిణగట్టు,
విజయనగరం; రెండవ బహుమతి: పి. ఆర్.
మండేశ్వర రావు, సికిందరాబాదు; మూడవ
బహుమతి: ఆర్. జయకుమార్, చిత్తూరు.

క్రిజ్జే - జవాబులు: 1. అక్కడ
త్రివేణి సంగమం జరుగుతుంది. 2. జయ
వర్ధన్, 3. హిమాచల్ ప్రదేశ్, 4. సూర్యుని
ప్రకాశం వల్ల వగలు నక్షత్రాలు కని
పించవు, 5. ఇది వేద నిఘంటువు - వేదాం
గాలు ఆరింటిలో ఒకటి, 6. వై. వి. చవాన్,
7. తూర్పుగా ప్రవహించి బంగాళాఖాతంలో
కలిసేవి నదులు. పడమరగా ప్రవహించి అరే
బియా సముద్రంలో కలిసేవి నదులు,
(నర్మద, తపతి నదులు), 8. మేడమ్
క్యూరీ 'రేడియం' కనిపెట్టింది.

విజేతలు - మొదటి బహుమతి: పి.
ఈశ్వరరావు. గంగాధా: రెండవ బహుమతి:
యన్ ఆబ్దుల్ హక్, కడప; మూడవ
బహుమతి: వారణాశి రామచంద్ర గోపాల్,
పార్వతీపురం.

పజిల్ - జవాబులు - అడ్డం: 1.
మదరాసు నగరము, 8. ద, య, మా, 9.
గజ నిమ్మ, 10. రాసీయకుము, 11. భరణి,
12. సు. య. తి., 14. వైపై ప్రమ, 15.

హాయిగా, 17. వగల మారులు, 20. నలి,
21. చదలంటి, 22. 'పున', 24. 'తిక్కి' 25.
కవాకటం, 27. మునుక, 28. ముసురులో.

నిలువు: 1. మదరాసు, 2. దయ
నీయులు గద, 3. రామాయతి. 4 నగమ్మపై,
5. గజ, 6. ర, ని, ఛ. ప్ర, హా. 7.
ముమ్మర మయిన, 14. ఈ మాటికి, 16.
గాలివటం, 17. వచనము, 18. లలంతిక,
19. లు, వు, క, సు 23. నవారు, 24. కలో:

విజేతలు: మొదటి బహుమతి: కె. వి.
ఎస్. రామలింగరాజు, గుంటూరు; రెండవ
బహుమతి: పి. యం. సుధాకర రెడ్డి, ప్రొద్దు
టూరు, మూడవ బహుమతి: కె. నర్సింగ్
రావు, నిజామాబాదు.

తెలివికి పరీక్ష: - జవాబులు: 1.

ప్రొ. నాయుడమ్మకు 'రాజా-లక్ష్మీ' అవార్డు

ప్రస్తుతం ఆంధ్ర ప్రభుత్వ శాస్త్ర విష
యిక సలహాదారుగా ఉన్న శ్రీ వై. నాయు
డమ్మకు గత నవంబరు 19 న హైదరాబాద్ లో
జరిగిన సదస్సులో 1983 'రాజా-లక్ష్మీ'
అవార్డును అందజేశారు. రూ. 10,000 లకు
ఒక చెక్, ప్రశంసా పత్రం ఆయనకు సమ
ర్పించారు.

"అన్ని మతాలూ ఒకే కేంద్రకం వద్దకు తీసుకువెళ్తాయి. అంచేత
ఏ దారిని వెళ్ళినా చేరుకోవలసింది ఒకే చోటుకే"

'ద' ('ద' తరువాతనే గద 'ద' 'న' వర్ణాలు వచ్చేది, 2. రక్తాక్షి, 3. రెండు కొండల మధ్య దారి, 4. వర్షము, 5. తిథి, వార, నక్షత్ర, యోగ, కరణములు, 6. 07, 83: 7. 'నటి' (ఇది 'వి' కారాంతం కాదు), 8. తండ్రి 29, తల్లి 26, కొడుకు 4, కూతురు 1 ఏడాది.

విజేతలు - మొదటి బహుమతి : పి. ఈశ్వరరావు, గంగాధ: రెండవ బహుమతి: టి. ధనంజయ రావు, పిరికొండ: మూడవ బహుమతి: జి. రమేష్, హైదరాబాద్.

మాటల మహిమ - జవాబులు: 1. సేద్యము (బి), ప్రయత్నం (డి), 2. ఒక నది (ఏ) ద్రోపది (సి), 3. అగ్ని (బి), రాహు (డి), 4. కత్తి (బి), 5. చేసిన మేలు మరచినవాడు (సి), 6. చర్మము (బి), చెట్టుపై వట్ట (డి), 7. పింహము (బి), ఒక వానిరుడు (డి), 8. వరిమడి (బి), కొండ (సి).

విజేతలు: మొదటి బహుమతి: ... ముద్దుకృష్ణ, అన్నవరం, కృష్ణాజిల్లా; రెండవ బహుమతి: బి. కల్యాణ్, వరంగల్: మూడవ బహుమతి: ఎన్. చంద్రశేఖర్, నెల్లూరు-2.

ముఖచిత్ర వ్యాఖ్య: మొదటి బహుమతి: మట్టా అప్పలస్వామి, దేవాది, శ్రీకాకుళం జిల్లా; రెండవ బహుమతి: కె. గోపాలకృష్ణ, పాలవంప, ఖమ్మం జిల్లా; మూడవ బహుమతి: కె. అనసూయ, హైదరాబాదు.

పాఠకుల అభిప్రాయాలు: మొదటి బహుమతి: యం. లక్ష్మీనారాయణ, అక్కుపల్లి; రెండవ బహుమతి: వై. భాగ్యరేఖ, ధర్మవరం; మూడవ బహుమతి: కె.

విజయ శ్రీధర్ బాబు, అనంతపురం.

మీరెంత? - మొదటి బహుమతి: జి. బాబురావు, వడిశలేరు; రెండవ బహుమతి: మట్టా అప్పలస్వామి, దేవాది, శ్రీకాకుళం జిల్లా; మూడవ బహుమతి: ఆర్. సత్యనారాయణ, సూరప్పగూడెం.

భావపరిచయ పోటీ: మొదటి బహుమతి: ఎన్. బోసు, కలకొట; రెండవ బహుమతి: బి.ఎస్. చార్లు, కర్నూలు; మూడవ బహుమతి: కె. విజయ శ్రీధర్ బాబు, అనంతపురం. ●

(62 వ శ్రేణి తరువాయి)

వల్ల వెనుకటి పైకస్కోప్ మొదలైన పది కలాలు మూలపడుతున్నాయి.

విద్యుచ్ఛక్తి ఉత్పత్తిలో రికార్డు:

ఉ. ప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోని సింగ్రారీ సూపర్ థెర్మల్ విద్యుత్ కేంద్రంలోని ఒక 200 మెగావాట్ల యూనిట్ 98.68 శాతం విద్యుత్తును ఉత్పత్తి చేసి, మన దేశంలో కొత్త రికార్డు నెలకొల్పింది.

వెనుకటి రాణి భవనానికి మరమ్మతులు:

కర్ణాటక రాష్ట్రంలో బిటిష్ వారిని దైర్యంగా ఎదిరించి పోరాడిన రాణి కిట్టూర్ చెన్నమ్మ జన్మించిన భవనాన్ని త్వరలో పునరుద్ధరించునున్నారు. బెలాం జాలాకాలోని 'కాకతి' అనే గ్రామంలో ఉన్న ఈ భవనం ప్రస్తుతం శిథిలావస్థలో ఉంది.

“పదంతులు వివవద్దు. ఒకవేళ వినవలసినదే వాటిని నమ్మ వద్దు” — గాంధీ

